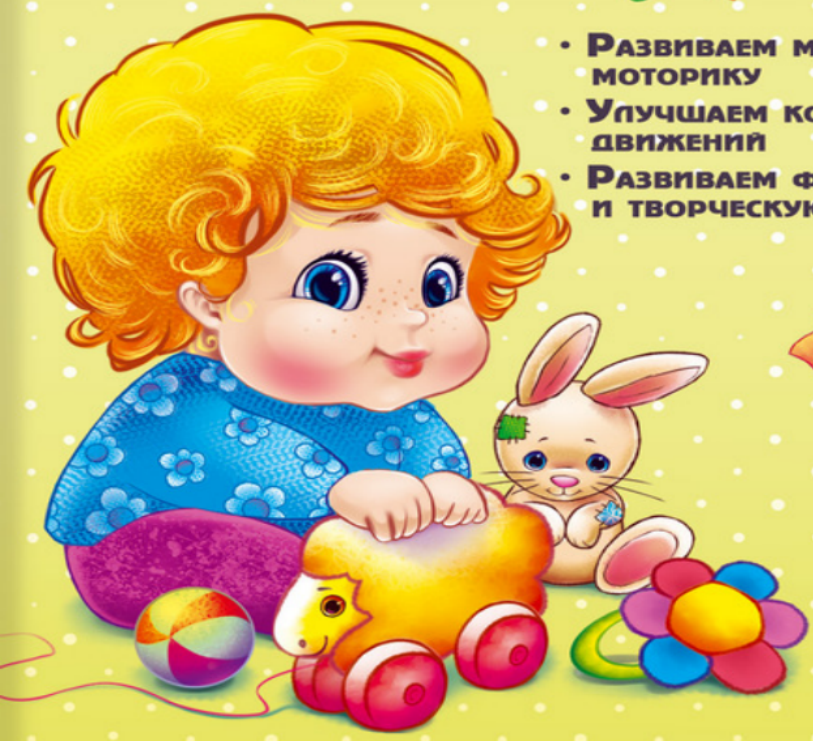
играем и учимся

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ И ГИМНАСТИКА ДЛЯ МАЛЫШЕЙ



- Развиваем мелкую моторику
- Улучшаем координацию движений
- Развиваем фантазию и творческую активность

Клуб семейного досуга

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Лучшие пальчиковые и развивающие игры позволят вырастить малыша умненьким. Упражнения, стишки, игры, песенки помогут развить мелкую моторику, внимание, память, логику, связную речь. В книгах предложены игры для детей разного возраста.

- Пальчиковые игры и гимнастика для малышей
  - Уважаемые родители!
  - Пальчиковая гимнастика для самых маленьких (1–3 месяца)
    - Кто-кто в теремочке живет?
    - Варим суп
    - Чижи
    - Пекарь
  - Пальчиковая гимнастика для малышей 3–6 месяцев
    - Коток-коток
    - Тропинки
    - Каждому пальчику своя работа
    - Хоровод
    - Коза рогатая
    - Котя-котенька-коток
    - Кто этот пальчик?
    - Из-за леса, из-за гор…
  - Пальчиковые игры для детей 6–9 месяцев
    - Сорока-белобока
    - Ладушки
    - Заинька, беленький
    - Дождь
    - Смотрит солнышко в окошко
    - Сидит зайка на тележке
    - Пляшет зайка
  - Пальчиковые игры для детей 9—12 месяцев
    - Овечки
    - Три грача
    - Шла кукушка
    - Две козочки
    - Утки плавали, ныряли
    - Поросятки
    - Бутерброд
    - Бабочка
    - Дождик

- Куда бежите, ножки?
- Щепки-прищепки
- Месим, месим…

- Пальчиковые игры для детей второго года жизни
  - Зайка серенький
  - Мышка
  - Барашеньки
  - Хлопоты
  - Топ-топ
  - Овечка
  - Ищем маму
  - Строим дом
  - Прятки
  - Коровушка
  - Хоровод
  - Лебедушка
  - Кот и мышки
  - Дом
  - Клубочек
  - Сова
  - По грибы
  - Радуга-дуга
  - Кошка
  - Две тетери
  - Веревка
  - Бабушкины бусы
  - Шмель
  - Листопад
  - Мышка-именинница
  - Арбуз
  - Засолка капусты
  - Потрудились – отдохните!
  - Помощник
  - Лягушки
  - Дождь
  - Гули, гули
  - Кукушечка
  - Шел бычок
  - Дятел
  - Мы шагаем
  - Четыре братца
  - Елка
  - Паровоз
  - Стул

- Собака
- Щенок
- Хлопни в ладоши
- В лес по ягоды
- Наши уточки с утра…
- С добрым утром!
- Купался бобер

- Пальчиковые игры для детей третьего года жизни
  - Пароход
  - Магазин ежа
  - Мышка
  - Очки
  - Где какой пальчик?
  - Веер
  - Улитка
  - Мышата
  - Гномики
  - Пальчики-солдатики
  - Большая стирка
  - Книжка о мартышках
  - По водицу
  - Деревья-друзья
  - На корабле
  - Мамино кольцо
  - Красивый цветок
  - Щука, коза и лягушка
  - Прогулка
  - Просыпаемся
  - Бублик и бобры
  - Муравей, барсук и еж
  - Отважный моряк
  - Арбуз и дыня
  - Краб и рак
  - Паучок
- Литература

Пальчиковые игры и гимнастика для малышей

Составитель Екатерина Владимировна Новак

Уважаемые родители!

Тренируя мелкие движения кисти малыша, мы способствуем развитию его речи, ведь она формируется под влиянием импульсов, которые интенсивно идут из пальцев рук. Такая тренировка-игра позволяет на 2–2,5 месяца ускорить созревание речевых областей коры мозга. Другим словами, речь ребенка формируется правильно и своевременно, когда движения пальцев рук достаточно хорошо развиты.

Ребенок, у которого хорошо развита мелкая моторика, умеет логически рассуждать, у него формируются внимание и память, связная речь, он подготовлен к письму. Учеными в ходе многочисленных исследований доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука. А значит, движения рук напрямую связаны с развитием зрения. Эта взаимосвязь сохраняется на протяжении всего детства.

Пальчиковые игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи. Они способствуют и творческой активности, формированию мышления, речи, мелких мышц рук. Вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание.

Для того чтобы тактильные ощущения, двигательные усилия и зрительные впечатления малыша были самыми разнообразными, необходимо предлагать ему разные виды пальчиковых игр.

Стройте занятия таким образом, чтобы игры, целью которых является развитие интеллекта, перемежались физическими разминками, расслабляющими упражнениями.

Среди специалистов нет единого мнения, когда необходимо предлагать ребенку пальчиковые игры. Поэтому из всего многообразия, предложенного в этой книге, просто выбирайте игры, соответствующие возрасту и индивидуальным особенностям ребенка.

Внимательно следите за развитием своего чада – это залог успеха!

Пальчиковая гимнастика для самых маленьких (1–3 месяца)

Кто-кто в теремочке живет?

Когда малыш сыт и спокоен, начните играть с ним в «кулачки». Возьмите крохотный кулачок в свои руки, поглаживая его и немного потряхивая. А когда ручка ребенка станет расслабленной и кулачок немного разожмется, возьмите первый пальчик (мизинчик), погладьте его от кончика к ладошке и скажите:

Кто-кто в теремочке живет?
Кто-кто в невысоком живет?

Потом слегка потрясите выпрямленный пальчик:

Я, мышка-норушка!

Затем проделайте ту же процедуру с остальными пальчиками, приговаривая:

Я, лягушка-квакушка.

(Выпрямите безымянный пальчик.)
Я, зайка-побегайка.
(Выпрямите средний палец.)
Я, лисичка-сестричка.
(Выпрямите указательный палец.)
Я, волчок-серый бочок.
(Выпрямите большой палец.)

После выпрямления всех пальчиков несколько раз легонько похлопайте раскрытой ладошкой крохи о свою ладонь:

В теремочке посидели
Да плясать вдруг захотели!
На лужайке прыг да скок,
Чуть не рухнул теремок!

Совет

Поглаживая пальчики ребенка, можно смазывать их детским кремом; такая гимнастика позволяет малышу некоторое время держать пальчики расслабленными.

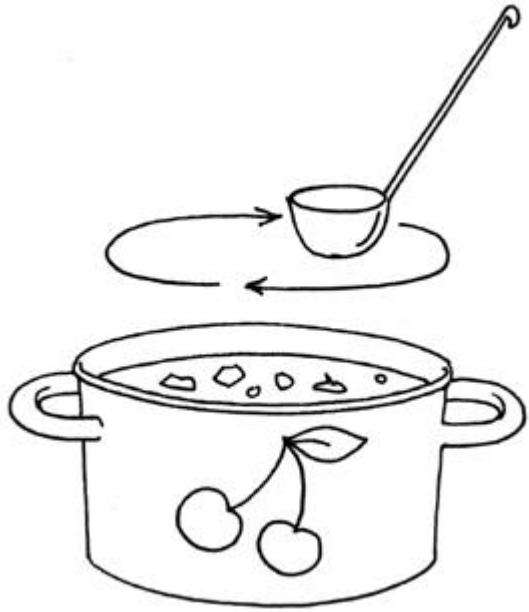
Совет

Заниматься нужно только тогда, когда малыш в хорошем настроении.

Варим суп

Сыпем-сыпем круп-круп,
Варим-варим суп-суп.
Поварешкой помешали…
Ой! Горячо!

Легко постучите пальцами по ладошке ребенка, будто насыпаете крупу, затем поводите пальцем по его ладошке, а потом потрясите его ручками, изображая, какой горячий суп.



Это интересно!

Специалисты утверждают, что, тренируя мелкие движения кисти малыша, мы способствуем развитию его речи, так как речевые области в коре больших полушарий головного мозга формируются под влиянием импульсов, которые интенсивно идут из пальцев рук.

Чижи

Малыш лежит на кровати в удобной для него позе.

Живут у озера десять чижей,
Они гнезда вьют, песни поют…
(Проведите пальцем по ладошке ребенка.)
Этот варит,
Этот огонь разводит,
Этот воду носит,
Этот полы метет,
Этот платье шьет,
Этот еду раздает,
Этот посуду моет,
Этот постель стелет,
Этот сказки рассказывает,
А самый маленький
в колыбельке спит.

(В произвольном порядке перебирайте пальчики малыша.)

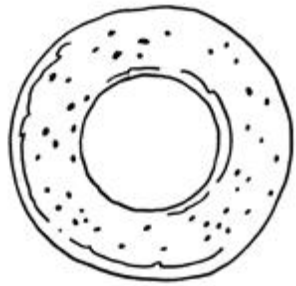
Это интересно!

Учеными доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука.

Пекарь

Обхватите ручку малыша за локоток и, приподнимая ее к колечку-подвеске, скажите:

Пекарь бублики испек
И припрятал под замок.
Ключ на полке высоко,
Дотянуться нелегко.



Потряхивая поднятую ручку ребенка, несколько раз прикоснитесь его кулачком к подвеске. Затем возьмите вторую ручку и, выполняя с ней те же движения, продолжайте:

Дотянуться нелегко.
Ключ на полке высоко.

После этого сведите ручки малыша вместе, легонько постукивая кулачками друг о друга:

Два щенка залаяли:
Гав-гав!
Два щенка запрыгали:
Прыг-скок!
Быстро ключ свалился:
Дзинь-дзинь!
И замок открылся:
Чик-чик!

Кулачками-«щенками» похлопайте по одеяльцу, по своему лицу, по своей ладони. Когда кулачки раскроются, вновь прикоснитесь одной из ручек ребенка к колечку-подвеске.

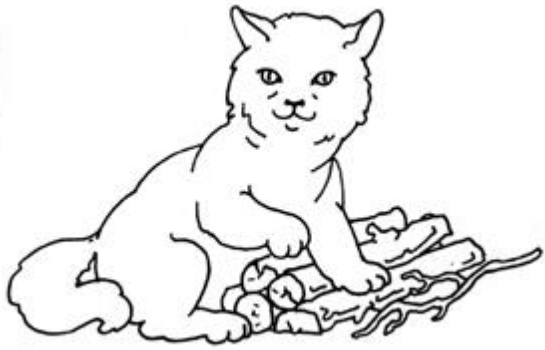
Обратите внимание!

Малыш обращает внимание на колечко-подвеску в своей кроватке, особенно если немного потрясти игрушку, однако его попытки ухватить колечко довольно редки. Когда же он проявляет инициативу, то не всегда может как следует расправить пальчики, чтобы ухватиться за подвеску.

Пальчиковая гимнастика для малышей 3–6 месяцев

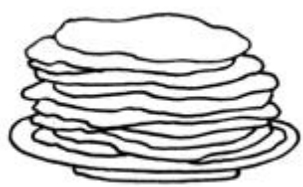
Коток-коток

Выполняйте своими пальцами круговые движения по раскрытой ладошке малыша и приговаривайте:

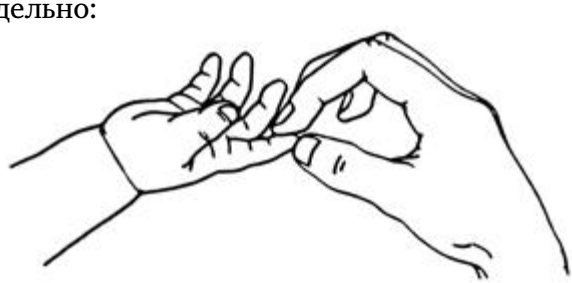


Коток-коток, испеки блинок —
Просят ребята, твои котята.

Коток ложкой мешал-мешал,
Муку в миску подсыпал,
Умаялся!



Произнося две последние строчки, потеребите за кончик каждый пальчик малыша. Затем проведите разминание каждого пальчика отдельно:

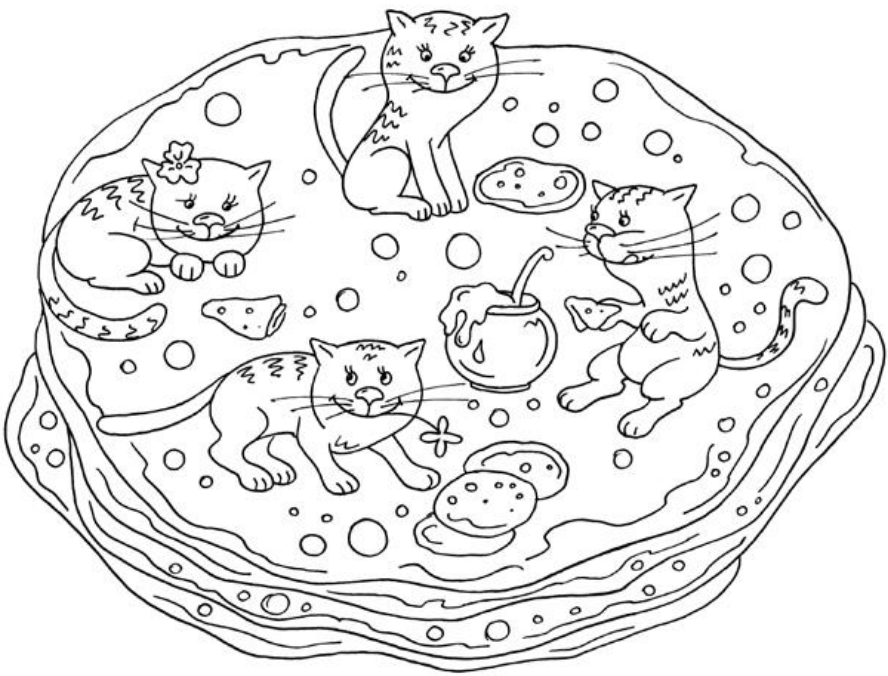


Коток-коток, испеки блинок —
Просят ребята, твои котята.

Коток дрова рубил-рубил,
Со двора носил-носил,
Умаялся!

Произнося две последние строчки, вновь потеребите за кончик каждый пальчик. Теперь начинайте растирать-разминать подушечку каждого пальчика, поглаживать ее:

Коток-коток, испеки блинок —
Просят ребята, твои котята.
Коток печь истопил,
Масло в сковороду влил,
Испек блинок.
Угощайтесь!



Обратите внимание!

Пальчиковые упражнения вводятся тогда, когда малыш начинает проявлять интерес к окружающему миру и физические упражнения доставляют ему радость.

Тропинки

Указательным пальцем растирайте ладонь ребенка вдоль линий, приговаривая:

Как у нашей у Маринки
На ладошке три тропинки.
Погуляем, погуляем,
Все тропинки сосчитаем.

Как у нашего Сережки
На ладошке три дорожки.
Погуляем, погуляем,
Все дорожки сосчитаем.

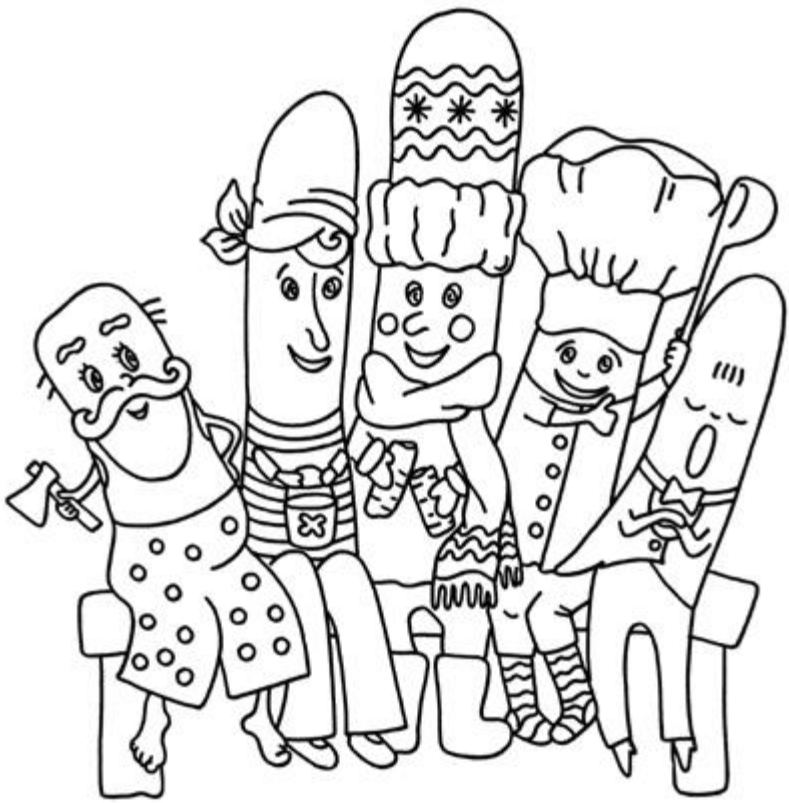
Обратите внимание!

На четвертом месяце жизни младенец уже в состоянии целенаправленно протягивать ручки к тому, что вызывает у него интерес. В это время он начинает захватывать все, что попадает под руку.

Каждому пальчику своя работа

Массируйте пальчики и загибайте их, приговаривая:

Петру-большаку – дров нарубить,
Сеньке-указке – воды наносить,
Саньке-середняку – печь истопить,
Ваньке-перстневому – каши наварить,
Ваське меньшому – песни петь.



Обратите внимание!

К пяти месяцам малыш начинает интересоваться своими ручками: он рассматривает их, захватывает одной рукой другую, перебирает пальчики. В это время ребенку необходимы игрушки, разнообразные по величине, весу, фактуре, цвету и, конечно же, форме.

Хоровод

Раз, два, три, четыре, пять,
Будем бегать и играть.

(Одним пальцем считайте пальцы на ручке ребенка, слегка нажимая на подушечки.)

Ходим, ходим,
Хороводы водим.

(Выполняйте круговые поглаживания ладони.)

Кто первый у нас?
А вот он!
А второй кто?
А вот он!
А третий кто?
А вот он!
Четвертый кто?
А вот он!
А пятый-то кто?
А вот он!
Все на месте!

(Считайте пальцы в обратном порядке, поглаживая их.)

Затем снова прочитайте стихотворение и повторите все движения на другой руке.

Совет

Специальные игры с элементами массажа помогут укрепить мышцы рук и пальчиков ребенка.

Коза рогатая

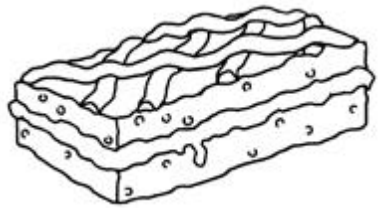
Вытяните указательный палец и мизинец, остальные пальцы подожмите. Получилась «коза», которая в конце стихотворения должна шутливо забодать малыша.

Идет коза рогатая
За малыми ребятами.
Ножками топ-топ,
Глазками хлоп-хлоп,
Кто каши не ест,
Кто молока не пьет,
Того забодаю,
Забодаю, забодаю!

Совет
Эта веселая игра поможет в нужный момент отвлечь

ребенка.

Котя-котенька-коток



Котя-котенька-коток,
Котя – серенький хвосток.

(Погладьте тыльную сторону ладони.)

Приди, котик, ночевать,
Нашу деточку качать.

(Разверните ладошку ребенка и пройдите по ней двумя пальцами, как ногами.)

Уж как я тебе, коту,
За работу заплачу:

(Круговыми движениями от края к центру по часовой стрелке погладьте ладошку.)

Дам кусочек пирога

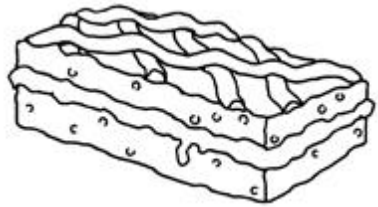
(Проведите линию от центра ладони до кончика мизинца.)

И кувшинчик молочка.

(Проведите линию от центра ладони до кончика большого пальца.)

Уж ты кушай, не кроши,
Больше кушать не проси.

(Круговыми движениями от края к центру по часовой стрелке погладьте ладошку.)



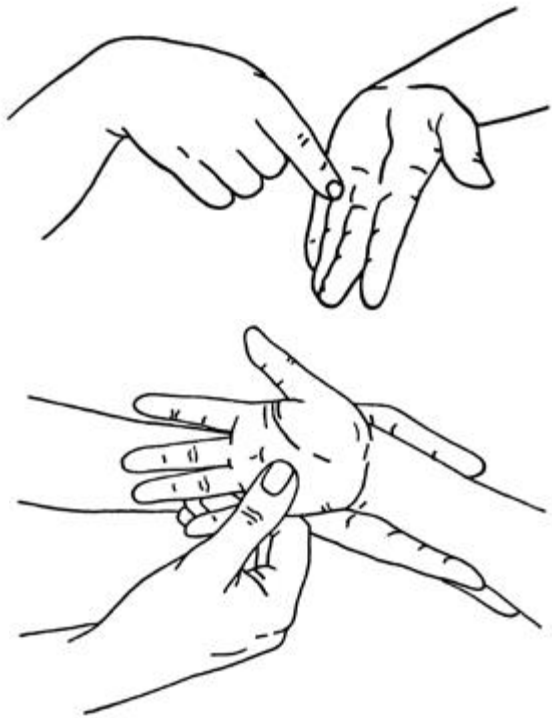
Повторите 5–7 раз.

Совет

Начинать занятие нужно с нежного поглаживания пальчиков.

Кто этот пальчик?

Начертите пальцем на ладошке малыша круг, а затем поочередно загибайте все пальчики, поглаживая и пощипывая их от основания к кончикам, и приговаривайте:



Этот пальчик – самый сильный,
Этот пальчик – самый умный,
Этот пальчик – самый длинный,
Этот – самый распрекрасный.
Этот – самый развеселый.

Совет

Пятимесячным малышам разминание каждого пальчика от кончика к основанию можно делать довольно часто. Особое удовольствие детям доставляет поглаживание-разминание подушечек пальцев.

Из-за леса, из-за гор…

Из-за леса, из-за гор
Едет дедушка Егор:

(Погладьте круговым движением ладонь ребенка, затем слегка ее пощипайте.)

Сам на лошадке.

(Круговыми движениями помассируйте и загните большой палец.)

Жена на коровке,

(Круговыми движениями помассируйте и загните указательный пальчик.)

Дети на телятках,

(Круговыми движениями помассируйте и загните средний и безымянный пальчики.)

Внуки на козлятках.

(Круговыми движениями помассируйте и загните мизинчик.)

Повторите упражнение для другой ручки.

Совет

Перед выполнением упражнения посадите малыша на свои колени или положите на кровать. Расслабленную раскрытую ладошку положите в свою ладонь.

Пальчиковые игры для детей 6–9 месяцев

Сорока-белобока

Указательным пальцем правой руки ребенка водите по ладони левой:

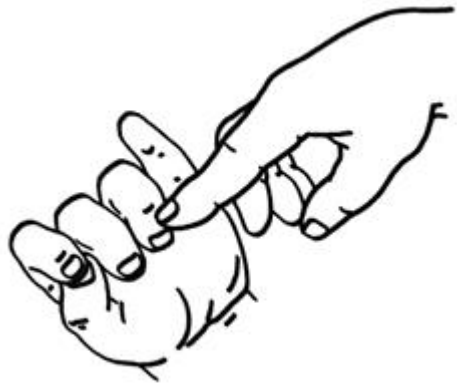
Сорока-белобока
Кашу варила,
Деток кормила.

Сгибайте поочередно каждый палец, кроме мизинца:

Этому дала,
Этому дала,
Этому дала.
Этому дала,
А этому не дала:

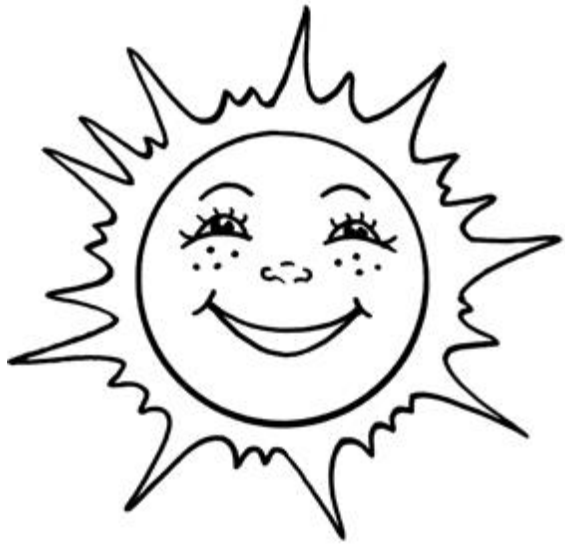
Теперь разгибайте все пальцы в ритме потешки:

«Ты дров не рубил,
Ты воды не носил,
Ты печь не топил —
Ничего не получил».



Обратите внимание!

Малыши в этом возрасте очень сообразительны: маленькие предметы они начинают брать пальчиками, а большие – всей ладошкой. Дети могут различать объемные и плоские предметы – ухватывают плоские именно кончиками пальцев.



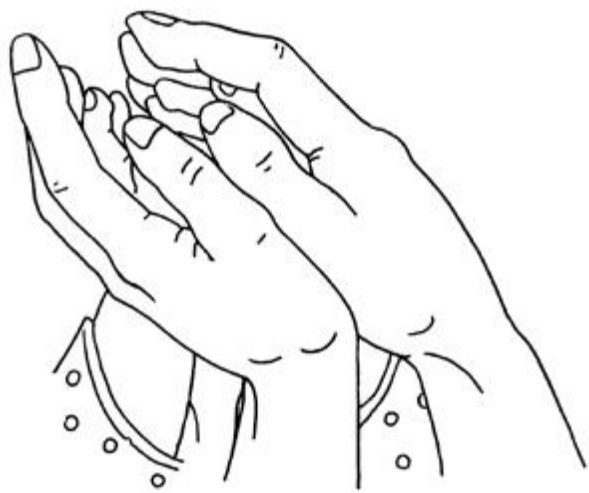
Ладушки

Возьмите руки ребенка в свои.

– Ладушки-ладушки, где были?
– У бабушки.

(Похлопайте ладошками ребенка.)

– Что ели?
– Кашку!
– Пили?
– Простоквашку!
– Шу-у-у, полетели!
На головку сели!



(Положите ручки ребенка на его голову.)

Сели-посидели,
Дальше полетели!

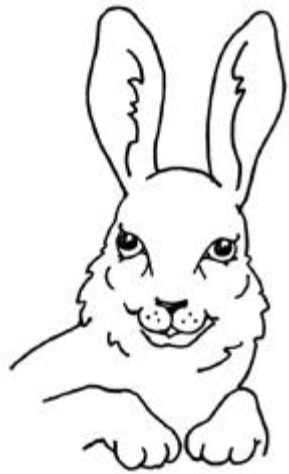
(Выполняйте ладонями ребенка движения, имитирующие полет крыльев.)

Обратите внимание!

Многие малыши в 6–8 месяцев начинают сопротивляться, если с ними пытаются поиграть в пальчиковые игры. Ничего необычного в этом нет. Большинство детей реагируют на любые «принудительные» упражнения в этом возрасте именно так.

Заинька, беленький

Соберите пальчики ребенка в кулачок. Выставьте вверх указательный и средний пальцы.



Заинька, беленький,
Скок да прыг, прыг да скок.
В чаще волчек серенький!
Поскорей наутек!

Пусть ребенок пошевелит пальчиками.

Совет

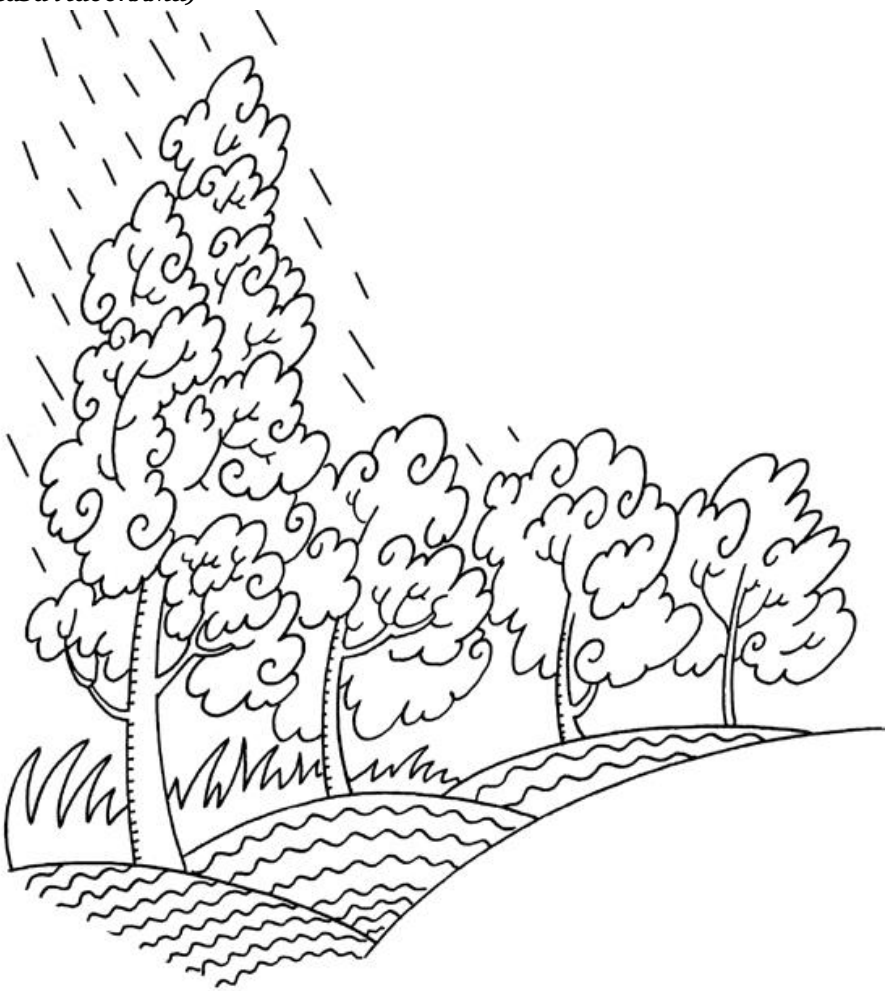
Можно предложить ребенку игру, которая заключается в следующем. На листе бумаги нарисуйте контуры какого-либо предмета и животного. Рисунок должен быть схематичным, но узнаваемым. Попросите малыша обвести изображение указательным пальчиком и назвать, что изображено. Для этой игры подойдут и готовые изображения.

Обратите внимание!

Дайте понять ребенку, что вам очень интересна игра. Тогда малыш с удовольствием станет вашим партнером по игре. В этом случае игра будет наиболее эффективной.

Дождь

Гнет деревья буйный ветер.
(Раскрытыми ладонями изображаем, как гнутся деревья)
Не гулять сегодня детям.
Дождь стучится к нам в окно.
(Пальчиками изображаем стук дождя)
Как же сыро и темно!
(Трем ладонями по плечам, как будто замерзли, и закрываем глаза ладонями)

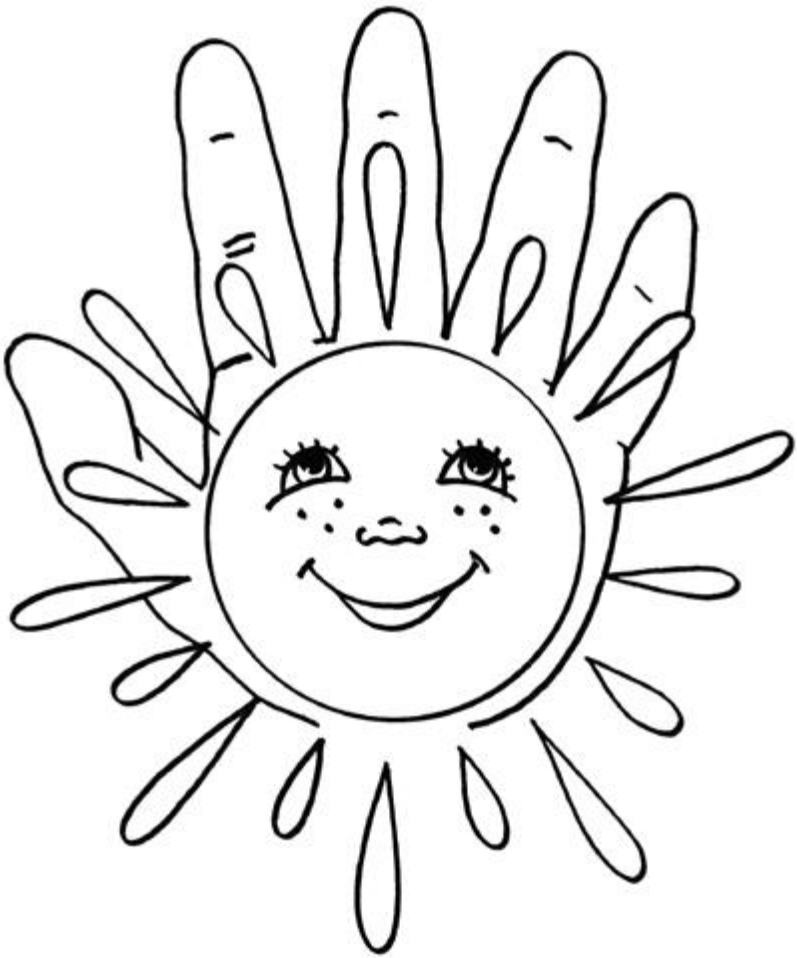


Совет

Играйте с мелкими предметами, пересыпайте крупу, переливайте воду, рисуйте, катайте шарики, играйте игрушками, которые имеют разную фактуру, – любая

игра полезна!

Смотрит солнышко в окошко



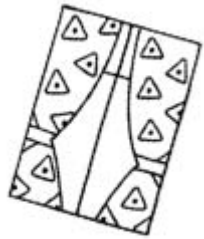
Смотрит солнышко в окошко,

(Раскройте ладошку ребенка, пальчики как можно дальше один от другого.)

Светит в нашу комнату.
Мы захлопаем в ладошки —

(Похлопайте ладошками ребенка.)

Очень рады солнышку.



Обратите внимание!

Упражнения должны соответствовать моторному развитию ребенка, не опережать его физическое развитие.

Сидит зайка на тележке

Сидит зайка на тележке,
Раздает друзьям орешки:

(Круговыми движениями гладьте ладошку.)

Мишке толстопятому,

(Гладьте и слегка пощипывайте большой пальчик.)

Котику усатому,

(Гладьте и слегка пощипывайте указательный пальчик.)

Лисичке-сестричке,

(Гладьте и пощипывайте средний палец.)

Воробью,

(Гладьте и пощипывайте безымянный палец.)

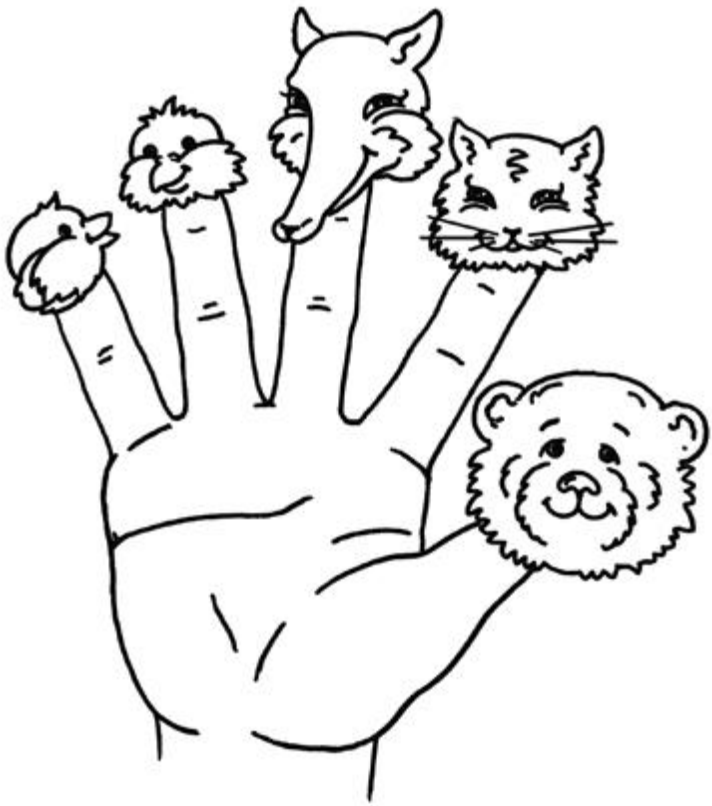
Синичке.

(Гладьте и пощипывайте мизинчик.)

Кому в роток,

Кому в зобок,
Кому в лапочку.

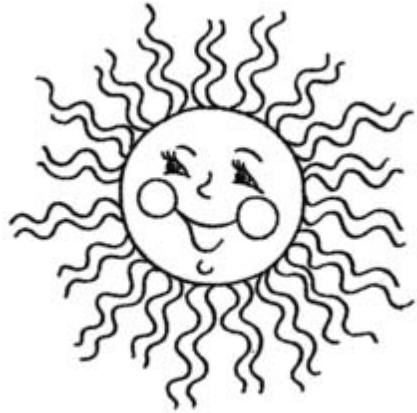
(Погладьте большим пальцем ладошку ребенка и сожмите ручку в кулачок.)



Когда малыш выучит игру, замените зайку на котика, белку или мышку.

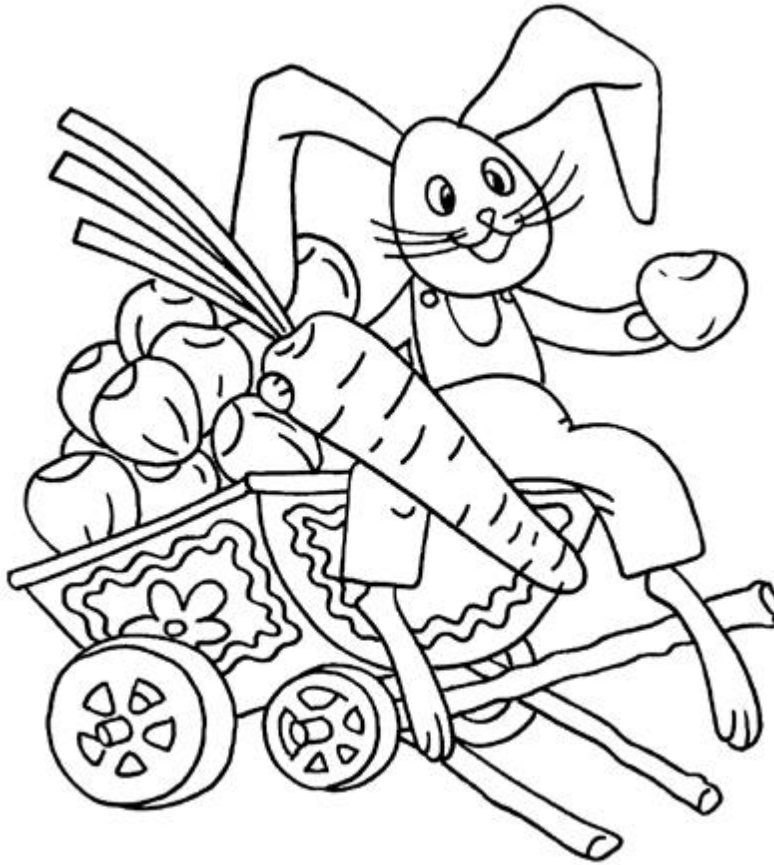
Совет

Малыша лучше всего положить рядом с собой или к себе на колени. Если ребенок старше семи месяцев, посадите его на колени, голову отклоните на свое плечо.



Совет

С помощью этой же потешки можно провести гимнастические упражнения со стопами ребенка. Это прекрасная профилактика плоскостопия.



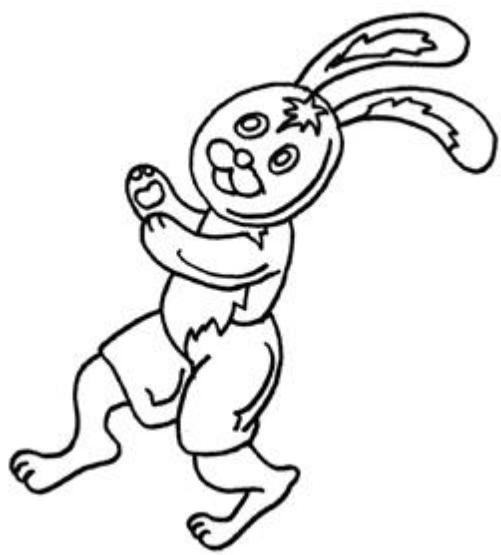
Пляшет зайка

Цель игры – совершать ритмичные удары палочками или ложками, сопровождая танец зайчика. Одну палочку оставьте себе, вторую отдайте малышу. Сначала порепетируйте, перестукиваясь ложками в свободном ритме. Репетиция считается удачной, если малыш уверенно управляет палочкой, обхватив ее с одной стороны большим пальчиком, а с другой – четырьмя другими.

Концерт с участием зайки (игрушку держите свободной рукой или поставьте перед малышом) проходит уже в заданном ритме:

Пляшет зайка на лужайке,
Тра-та-та! Тра-та-та!
Очень ловко пляшет зайка,
Вот какая красота!

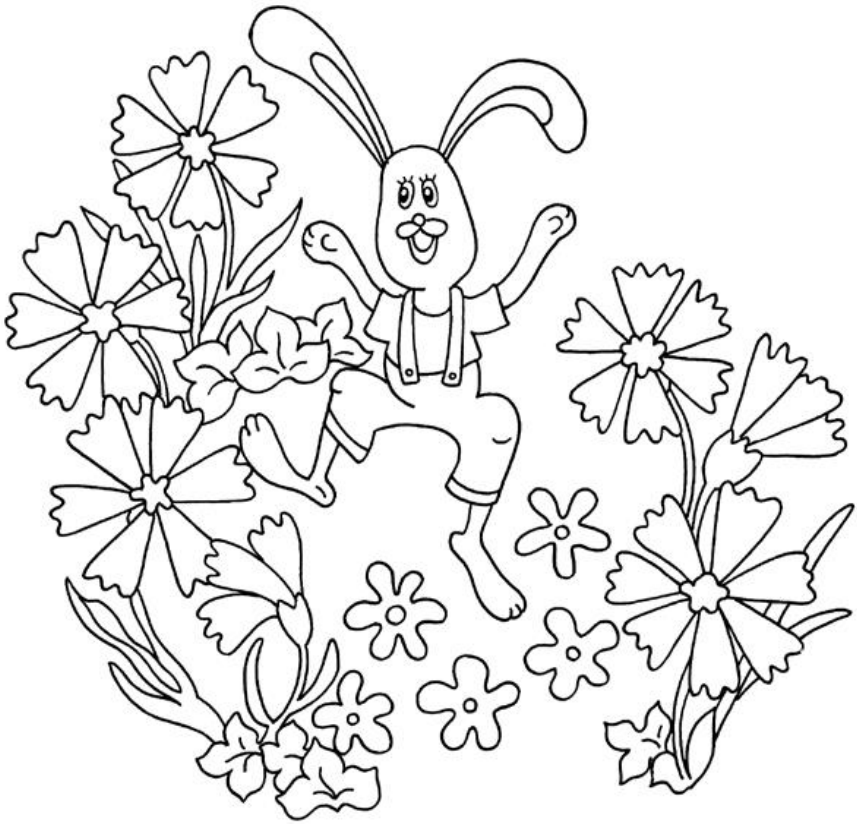
В зависимости от слаженности вашего дуэта увеличивайте или, наоборот, снижайте темп игры.



Повторите несколько раз, при этом меняйте предметы, чтобы малыш брал их по-разному: сначала обхватывая кончик держателя всеми пальчиками (захват «куриная лапка»), а потом берясь за держатель большим пальчиком с одной стороны и четырьмя – с другой (захват «ключ»).

Обратите внимание!

Для этой веселой игры, в процессе которой отрабатывается захват «ключ», нужны крупные барабанные палочки (либо деревянные ложки с закругленными ручками), погремушки с длинными ручками и мягкий игрушечный зайчик (или кукла-перчатка).



Это интересно!

В возрасте 6–9 месяцев возросшая ручная сноровка позволяет малышу использовать в играх и более одного предмета.

Пальчиковые игры для детей 9—12 месяцев

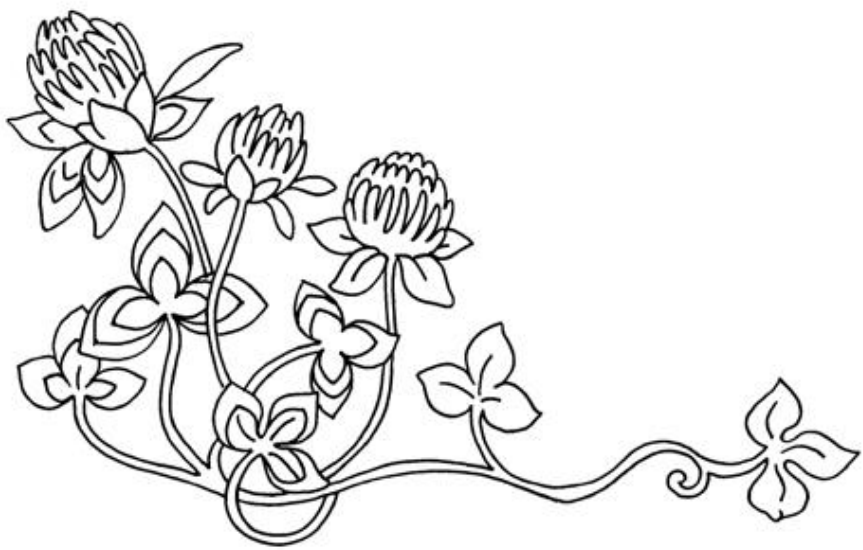
Овечки

В этой игре нужно растирать-массажировать и кулачки, и каждый пальчик ребенка. Начните с кулачков. Обхватите их руками, начните слегка поглаживать вкруговую своими большими пальцами, понемногу усиливая нажим:

Белые овечки по лугу ходили,
По лугу ходили и говорили:
«Бе-бе-бе! Бе-бе-бе!
Клевер есть тебе и мне!»

После этого поверните ручки малыша ладошками вверх и большими пальцами начните их вкруговую поглаживать и разминать:

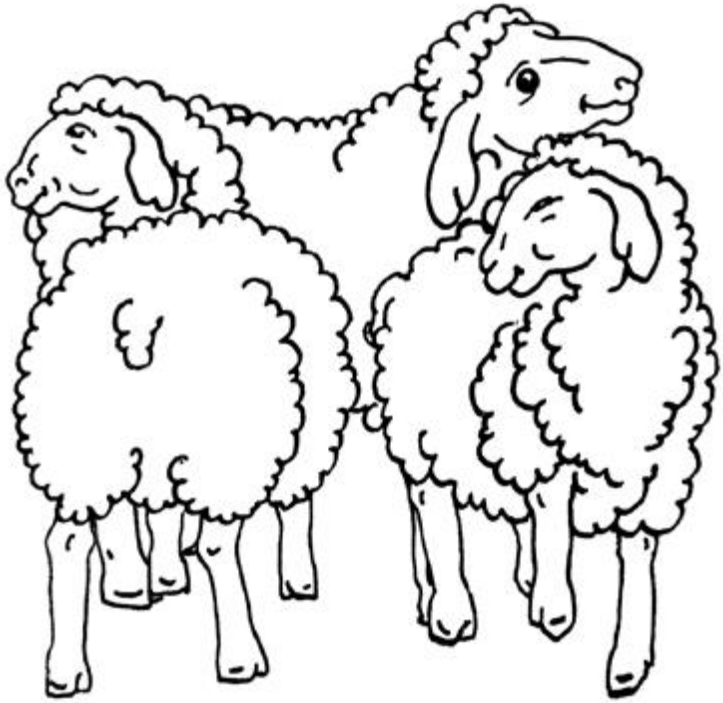
Белые овечки по полю ходили,
По полю ходили и говорили:
«Бе-бе-бе! Бе-бе-бе!
Клевер есть тебе и мне!»



Разомните пальчики сначала на одной руке малыша, затем – на другой. Разминая пальчики, продолжайте читать стишок:

Белые овечки по тропке ходили,
По тропке ходили и говорили:
«Бе-бе-бе! Бе-бе-бе!
Клевер есть тебе и мне!»

Когда малыш выучит игру, предложите ему произносить слова овечек: «бе-бе-бе».



Обратите внимание!

К девяти месяцам малыш постепенно превращается в настоящего хватайку. Пальчиковые игры в этот период помогают укрепить мелкую моторику его рук.

Три грача

Прилетели три грача,

(Ребенок машет раскрытыми ладошками, изображая полет грачей.)

Принесли три ключа.
Берите, грачи,
Золотые ключи,

(Ребенок собирает пальцы в щепоть, стучит ими по столу или по коленям, имитируя, как грач клювом подбирает ключи.)

Замыкайте зиму,

(Ребенок собирает пальцы в щепоть, слегка поворачивает запястье, будто закрывает замок.)

Отпирайте весну,

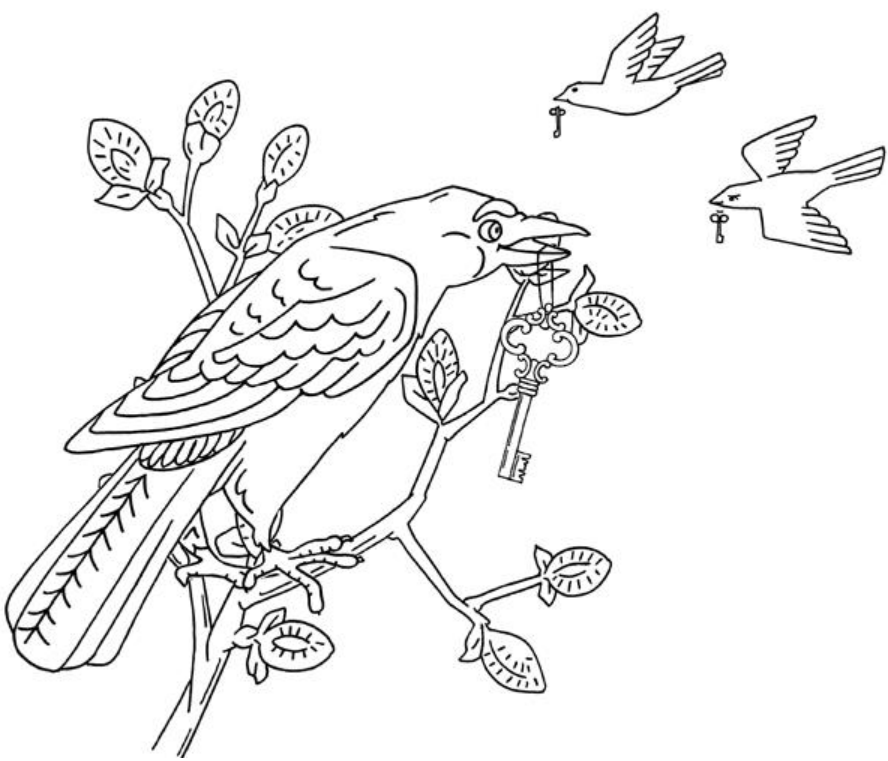
(Ребенок собирает пальцы в щепоть, слегка поворачивает запястье, будто открывает замок.)

Открывайте лето!

(Ребенок собирает пальцы в щепоть, слегка поворачивает запястье, будто открывает замок.)

Совет

Вы должны помочь ребенку сложить руки правильно: сначала покажите сами, затем придайте нужное положение его кисти и пальчикам. Попросите ребенка попробовать самостоятельно выполнить движение. Если у малыша не получается, снова сложите его руки в правильную позицию. Проделайте это несколько раз, и постепенно малыш научится складывать и удерживать пальчики в нужной позиции.



Совет

Не старайтесь опережать развитие ребенка. Если движения слишком сложны для него, совершайте их сами, а малыш пусть наблюдает. Со временем у него обязательно получится.

Шла кукушка

Шла кукушка мимо рынка,

(Ребенок «идет» по столу на выпрямленных указательном и среднем пальцах, при этом остальные пальцы поджаты.)

У нее была корзинка,

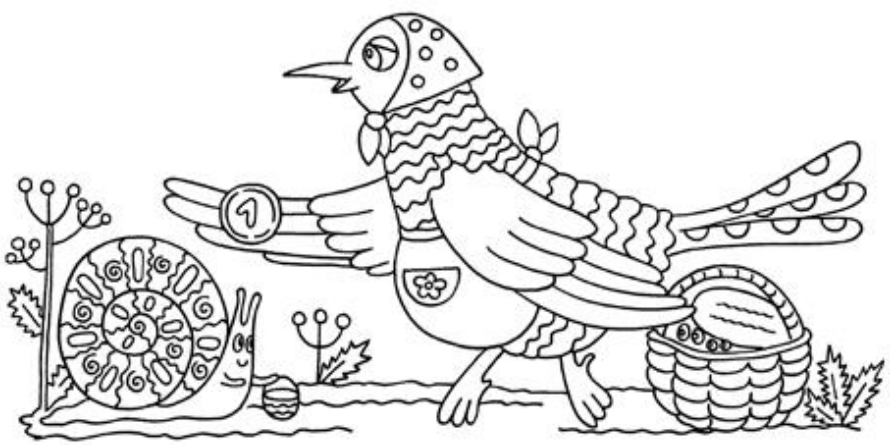
(Ладони соединяются «ковшом».)

А корзинка на пол – бух!

(Ребенок ударяет сомкнутыми ладонями по столу или коленям, разъединяет руки.)

Полетело десять мух!

(Ребенок разводит руки в стороны, шевеля пальцами, изображающими мух.)



Совет

Мелкую моторику рук развивают также физические упражнения, особенно разнообразные висы и лазание и т. д. (такие упражнения укрепляют мышцы ладоней и

пальцев малыша). Ребенок, которому позволяют лазать и висеть, лучше осваивает упражнения, направленные непосредственно на мелкую моторику.

Две козочки

Идет коза рогатая,

(Сделайте «козу» правой рукой.)

Идет коза бодатая,
К ней спокойная спешит,

(Сделайте «козу» левой рукой.)

Колокольчиком звенит.

(Имитируйте колокольчик правой рукой.)

Совет

Для того чтобы тактильные ощущения, двигательные усилия и зрительные впечатления малыша были самыми разнообразными, необходимо предлагать ему разные виды пальчиковых игр.

Утки плавали, ныряли

Пальцы обеих рук ребенок складывает в щепоть, а затем начинает двигать руками по дуге от плеча, изображая ныряющих рыбок.

Утки плавали, ныряли
В чистой тепленькой воде.

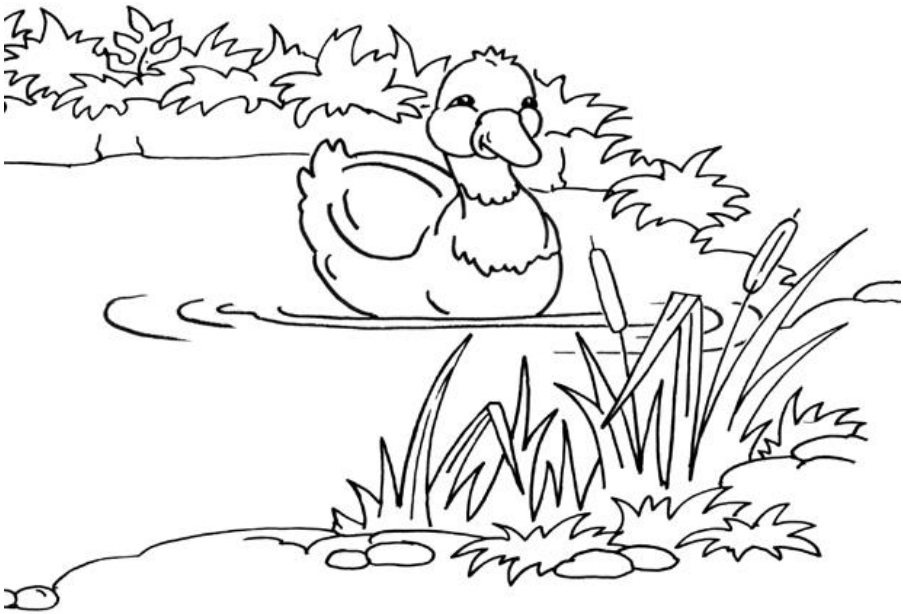
Теперь малыш должен сжимать и разжимать пальцы, а в конце совершать движения руками, как будто он раскапывает песок:

То нырнут, то вынырнут,
То зароются в песке.

Имитируйте все указанные в стихотворении движения.

Совет

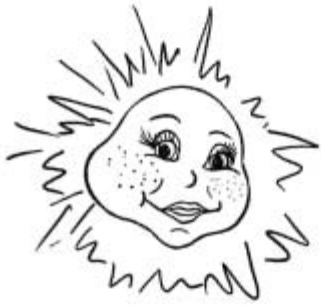
Чтобы полушария головного мозга развивались равноценно, следует в равной мере уделять внимание обеим ручкам и следить за правильностью выполняемых упражнений.



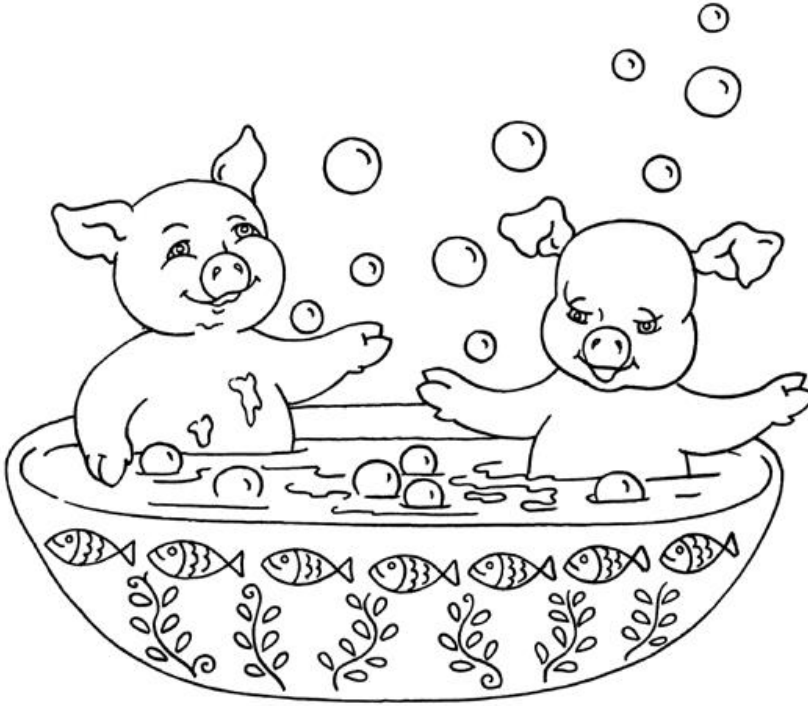
Совет

Не ограничивайтесь только потешкой. Ребенок в этом возрасте играет с удовольствием. Расскажите малышу, как крякает уточка, покажите, как она машет крыльями, как работает лапками, когда плывет. Проделайте движения вместе.

Поросятки



Поросятки мыли пятки.
Вот так! Вот так!
Мыли ушки, мыли брюшки.
Вот так! Вот так!
А потом устали.
Вот так! Вот так!
Сладко-сладко засыпали.
Вот так! Вот так!



Обратите внимание!

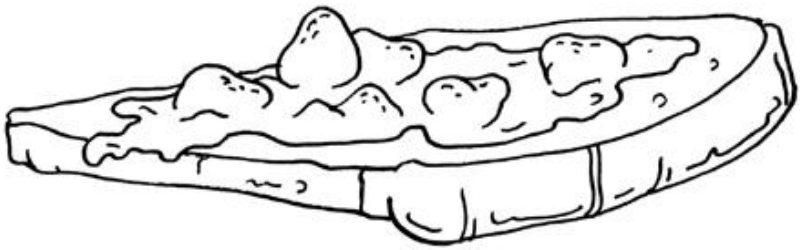
Эта веселая игра пригодится в дороге, а также в те моменты, когда необходимо чего-либо долго ждать.

Бутерброд

Имитируйте движения, о которых идет речь.

Я ломоть намажу маслом,
Я ломоть намажу медом,
Я ломоть намажу джемом,
А теперь… горчицей!

Ребенок вытягивает руку вперед ладошкой вверх. Вы читаете стишок, равномерно поглаживая его ладошку. При слове «горчицей» он должен успеть отдернуть руку. Игра повторяется с другой рукой. Когда малыш освоит последовательность действий, поменяйтесь ролями.



Совет

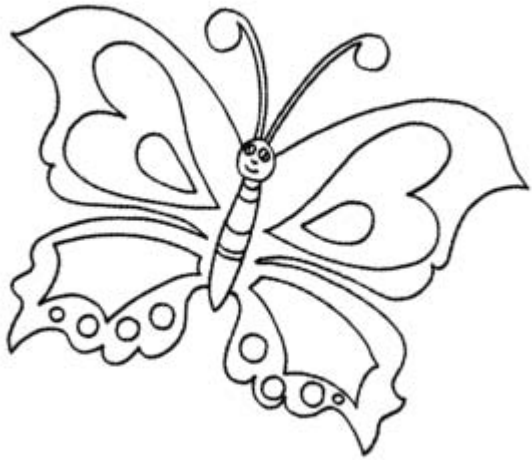
Обязательно разговаривайте с ребенком во время

занятий, это даст ему заряд положительных эмоций и побудит к общению.

Бабочка

Скрестите запястья обеих рук ребенка и прижмите ладони тыльной стороной друг к другу, пальцы должны быть выпрямленными – это положение «бабочка сидит на цветке».

Бабочка-коробочка,
Улетай под облачко.
Там твои детки
На березовой ветке.



Под текст потешки переходите в положение «бабочка в полете»: совершайте легкие, но резкие движения рук в запястьях.

Совет

Старайтесь все упражнения дублировать: выполнять и правой, и левой рукой. Работая правой рукой, ребенок развивает левое полушарие мозга. И наоборот, работа левой руки стимулирует развитие правого полушария.

Дождик

Дождик, дождик, посильней —

(Потрясите кистями рук, стряхните «капли» с пальчиков.)

Будет травка зеленей,

Вырастут цветочки

(Соедините ладони лодочкой и раскройте их, изображая распускающиеся почки.)

На нашем лужочке.
Дождик, дождик, пуще,
Расти, трава, гуще.

(Шевелите пальчиками, изображая растущую траву.)

Совет

В раннем возрасте внимание детей неустойчиво; учитывая эту особенность, не затягивайте игру. Любая игра должна длиться не более 5–8 минут, иначе ребенок потеряет к ней интерес и действие не получит логического завершения.

Куда бежите, ножки?

Куда бежите, ножки?

(«Бегите», постукивая по столу подушечками пальцев.)

– По летней дорожке,
С бугра на бугор,

(Соберите ладошки пригоршней, изображая бугры.)

За ягодой в бор.

(Раскройте ладошки, распрямите пальчики, изображая стволы деревьев.)

В зеленом бору
Тебе наберу
Черной черники,

(Опустите руку и щепотью «рвите» чернику с низкого куста.)

Алой земляники,

(Опустите руку и щепотью «рвите» землянику с низкого куста.)

Душистой малины,

(Поднимите руку и щепотью «рвите» малину с высокого куста.)

Горькой калины.

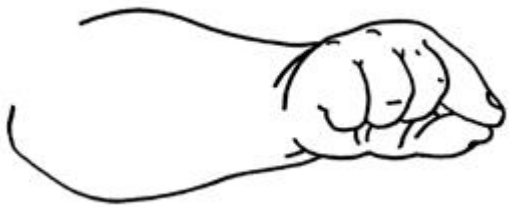
(Поднимите руку и щепотью «рвите» калину с высокого куста.)

Обратите внимание!

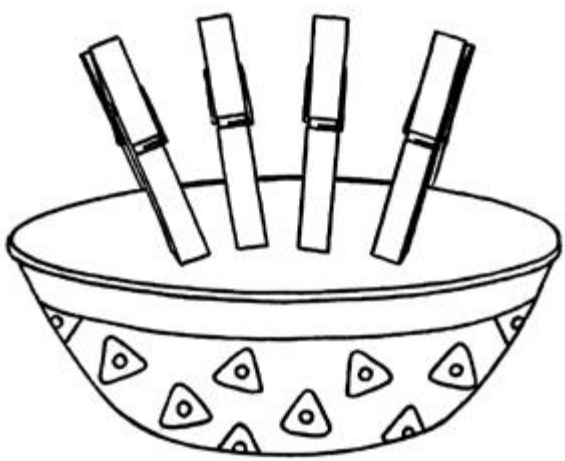
Проговаривая потешки и одновременно двигая пальчиками, ребенок невольно ритмизирует свою речь: она становится более четкой и выразительной, эмоциональной. Наличие рифмы положительно влияет и на его слуховое восприятие.

Щепки-прищепки

Разместите прищепки по всему краю подходящей мисочки, коробочки или пластиковой баночки. Обхватите ручку малыша своей рукой и помогите ему сложить большой и указательный пальчики, прижав остальные к ладошке. Затем вместе с ребенком снимайте прищепки, ухватывая их за кончики-«ушки», и складывайте в емкость:



Раз, два, три, четыре, пять,
Мы отправились гулять!
Раз, два, три, четыре, пять,
Надо щепочки собрать,
Чтобы ножек не кололи
Там, где мы пойдем гулять!

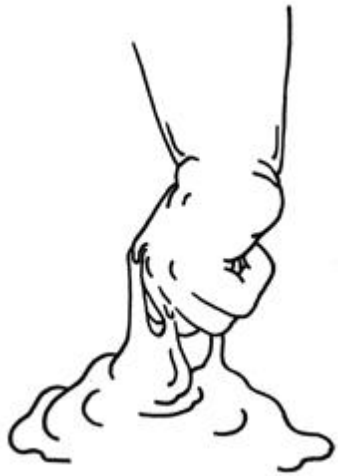


Обратите внимание!

Разноцветные пластмассовые прищепки, раскрывающиеся не очень туго, без усилий, – идеальное приспособление для этой игры, в ходе которой

отрабатывается «пинцетный» захват.

Месим, месим…

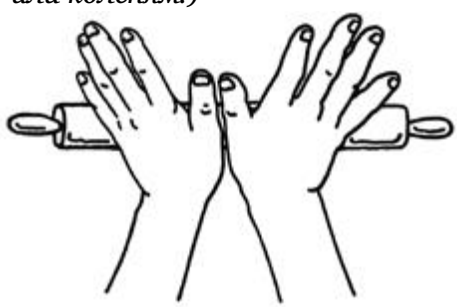


Месим, месим маме тесто,

(Поочередно сжимайте и разжимайте кисти рук, имитируя замес теста.)

Месим, месим маме тесто,
Скалкой покатали,

(Раскрытыми ладонями имитируйте раскатывание лепешки скалкой по столу или коленям.)



Ягодки собрали.

(Складывайте пальчики в щепоть и «срывайте» ягодки.)

Налепили пирогов —

(Хлопайте в ладошки, «лепите» пироги.)

Ух! В печь! Ух! В печь!

(Обеими ладошками «возьмите» пирожок и бросьте в горячую печь, раскрывая пальчики.)

Это интересно!

К году ребенок становится особенно любознательным. Не ограничивайте малыша, позволяйте ему познавать окружающий мир всеми доступными для него способами и средствами, если, конечно, они не противоречат правилам безопасности.

Пальчиковые игры для детей второго года жизни

Зайка серенький

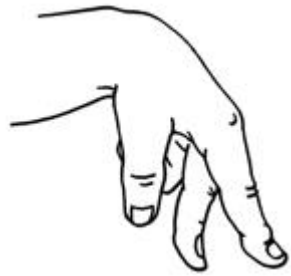
Помогите ребенку сделать из большого, безымянного пальцев и мизинчика голову зайца. Указательный и средний пальцы нужно выставить вверх – это будут уши. Покажите, как можно шевелить ушами в разных направлениях.

Зайка серенький сидит
И ушами шевелит.
Вот так, вот так
Он ушами шевелит!

Потирайте ладошки, словно греете «лапки».

Зайке холодно сидеть,
Надо лапочки погреть.
Вот так, вот так
Надо лапочки погреть!

С помощью указательного и среднего пальцев изображайте прыжки зайки по коленям или дивану.



Зайке холодно стоять,
Надо зайке поскакать.
Вот так, вот так
Надо зайке поскакать!

Изобразите пасть волка с помощью обеих рук, соединив запястья и расставив и согнув пальцы – «волчьи зубы».

Зайку волк испугал!
Зайка тут же убежал!

Обратите внимание!

Упражнение развивает мелкую моторику и подготавливает руку к рисованию.

Мышка

Средний и безымянный пальцы соедините с большим. Указательный палец и мизинец согните в дуги и постарайтесь прижать к косточкам среднего и безымянного пальцев. Если малышу удастся справиться с этим заданием, у него получится замечательная мышка.

Что за маленький шарик
Под полом шарит,
Мешки прогрызает,
Муку высыпает?

Читая, имитируйте движения мышки.

Посадите малыша к себе на колени или рядом и предложите еще одну игру.

Гречку мыли, гречку мяли,

(Изобразите, как моют и мнут гречку.)

Мышку по воду послали

(Изобразите мышку.)

По мосту-мосточку,
Желтому песочку.
Проплутала долго —
Испугалась волка.

(Изобразите волчью пасть, как описано в потешке «Зайка серенький».)

Заблудилась, слезы градом,
А колодец – рядом.

Совет

Можно предложить ребенку игру «Путешествие». На листе бумаги нарисуйте длинную запутанную дорожку. Можно изобразить грибы, цветы или животных, домики и т. д., которые встретятся на пути. Малыш должен «пройти» по дорожке, используя указательные и средние пальчики. Участвуйте в игре, подсказывая: «здесь мы медленно бредем под гору», «здесь быстро бежим с горки», «остановились, помечтали», «сели, посидели» (малыш сгибает пальчики, будто садится). Когда ребенок начнет говорить, можно спрашивать у него, что он видит, кого встречает, где гуляет.

Обратите внимание!
Упражнение подготавливает руку к рисованию.

Барашеньки

Согнутые средние и указательные пальцы обеих рук – это «рога» двух барашков. Раскрытые ладони – это глаза совы, изображайте, как она ими хлопает, сжимая кулаки. Прямые средние и указательные пальцы обеих рук – это рога козлика.

На мосту у речки рано
Повстречались два барана.
Барашеньки круторогеньки
По лесам ходили,
По дворам бродили,
На скрипочке играли,
(Изобразите игру на скрипке.)
(Имя ребенка) потешали.
А совища из лесища
Глазищами хлоп-хлоп.
А козлище из хлевища
Ножищами топ-топ.

Совет

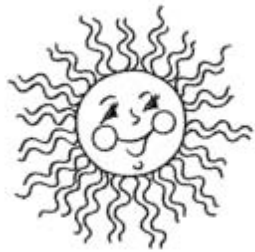
Побеседуйте с малышом о персонажах потешки. Спросите, как блеет барашек, как – козлик. Покажите, как ухает сова, как она хлопает крыльями. Повторите вместе с малышом.

Обратите внимание!

Упражнение развивает воображение и мышцы пальцев, подготавливает к рисованию.

Хлопоты

Загибайте по очереди все пальчики на обеих руках. При произнесении последних строчек малыш шевелит пальчиками обеих рук.



В домике нашем пять этажей:
Первый этаж для семейства ужей,
Ежик живет на втором этаже,
Третий этаж для куниц и чижей,
Четвертый этаж занимает синица,
Пятый сова – очень умная птица.
Что ж, не пора ли обратно спуститься:
На пятом сова,
На четвертом синица,
Ниже чижи, по соседству куницы,
Еж проживает у нас на втором,
Ниже ужи, мы еще к ним придем.

Обратите внимание!

Выполняя это упражнение, малыш знакомится с понятием последовательности.

Топ-топ

На ладонь левой руки поставьте пальцы правой. Выполняйте действия, описанные в стихотворении (легкий массаж кончиков пальцев и ладошек). Повторите то же самое с другой рукой.

По дорожке, на порожке
Топ-топ!
Дружно топают две ножки —
Топ-топ!
Уходи с дороги, кот,
Наша деточка идет!

Совет

Подбирайте для ребенка упражнения, способствующие развитию координации движений, укреплению мышц тела.

Овечка

Обопритесь на локоть и сожмите пальцы в кулак. Выпрямите большой и указательный пальчики, соедините их в кольцо.

Раскройте ладонь и чуть согните пальцы, изображая гребешок.

Как у нашей у овечки
Шерстка завита в колечки.
Ну-ка, Ваня-пастушок,
Поищи-ка гребешок.

Совет

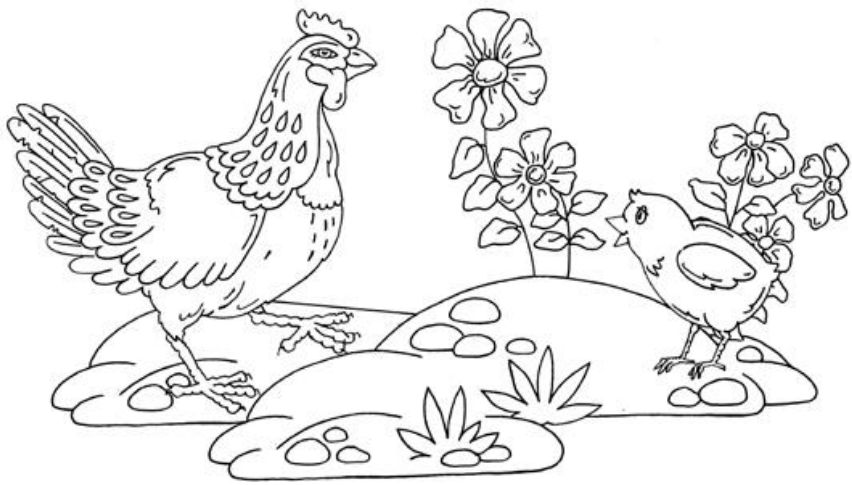
Это упражнение хорошо тренирует мышцы пальчиков.

Ищем маму

Ритмично сжимайте и разжимайте кулачки поочередно на обеих руках.

Ты, котенок, не пищи,
Лучше маму поищи.
Ты, цыпленок, не пищи,
Лучше маму поищи.
Ты, утенок, не пищи,
Лучше маму поищи.

Можно продолжить потешку, вставляя вместо слов «котенок», «цыпленок», «утенок» другие слова, например: «Поросенок, не пищи…».



Обратите внимание!

Эта игра – хорошая тренировка мышц пальцев и кисти, отличная разминка перед рисованием.

Строим дом

Ладошки соедините под углом, чтобы кончики пальцев соприкасались. Средний палец правой руки поднимите вверх (это труба), кончики мизинцев соедините друг с другом. Получится прямая линия – балкон.

Молоточком я стучу,

(Постучите кулачком о кулачок.)

Дом построить я хочу.
Вот труба, балкон, окошко,
Заходи смелее, кошка!

(Изобразите дом, как описано выше.)

Совет

Чтобы способствовать развитию мелкой моторики, во время купания, переодевания, кормления очень нежно касайтесь ножек, ручек, личика малыша (особенно носика).

Прятки

Ритмично сгибайте и разгибайте пальцы сначала на одной руке, потом на другой, а затем на двух руках одновременно.

Как играли в прятки

(Сгибайте и выпрямляйте пальцы на правой руке.)

Резвые лошадки.

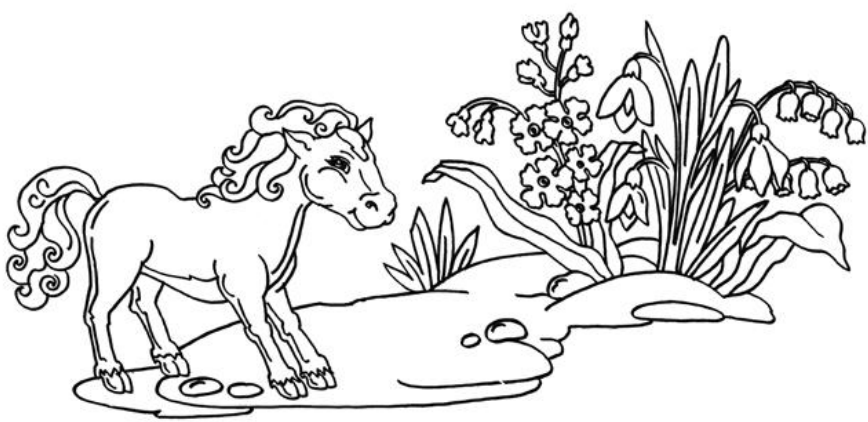
(Сгибайте и выпрямляйте пальцы на левой руке.)

По лужку – и в лесок,

(Пальцы правой руки «бегут» по ладошке левой.)

Только слышно: цок да цок.

(Пальцы левой руки «бегут» по ладошке правой.)



Совет

Можно чередовать пальчиковые игры и простые чистоговорки. Если с малышом регулярно заниматься, хороший результат гарантирован.

Коровушка

Шла-пошла коровушка,

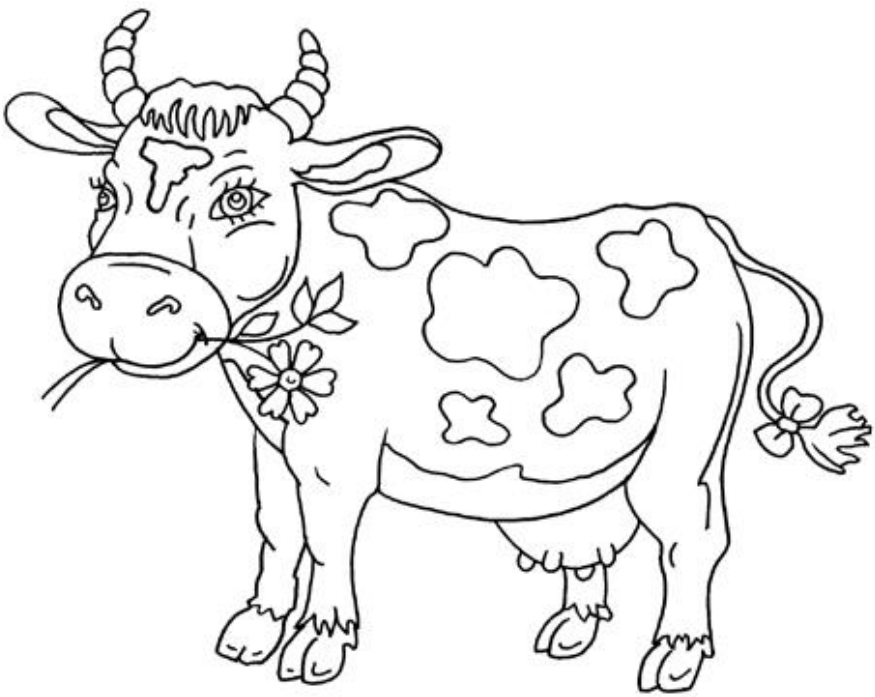
(Приложите руки к вискам и прямыми и указательными пальцами обеих рук изобразите рожки.)

Несла-несла ведрышко.
У колодца много мух —

(Отгоните назойливых мух раскрытыми ладошками.)

Ведрышко в водицу плюх!

(Зажмите большой палец одной руки в кулаке другой.)



Обратите внимание!

В простые игры малыш начнет играть, как только освоит движения и ритмику текста, а сложные игры сначала просто запомнит.

Хоровод

Раз, два, три, четыре, пять,

(Хлопайте при счете.)

Вышла свинка погулять.
Вслед коровушка рогатая
И козочка бородатая.
Вместе весело идти,
Эй, овечка, выходи!
Вместе станем в хоровод,
Вот!

(Указательный палец правой руки двигайте по кругу в центре левой ладошки; к указательному пальцу присоединяется средний, потом безымянный, далее ручки меняются.)

Совет

Хвалите малыша даже за самые маленькие достижения. Это обязательное условие успеха!

Лебедушка

Вдоль по реченьке лебедушка плывет,

(Соедините большой, средний и указательный пальцы, изображая голову лебедушки.)

Выше бережка головушку несет.

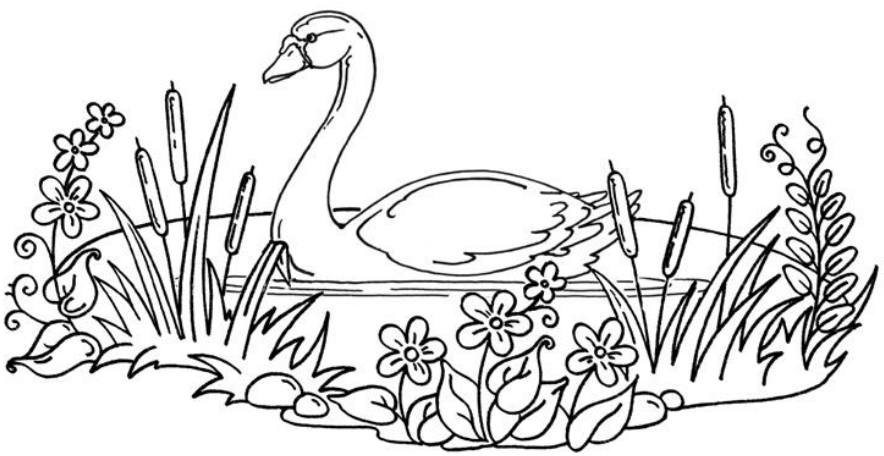
(Согните локоть и поднимите предплечье, изображая плывущего лебедя.)

Белым крылышком помахивает,

(Машите раскрытыми ладонями.)

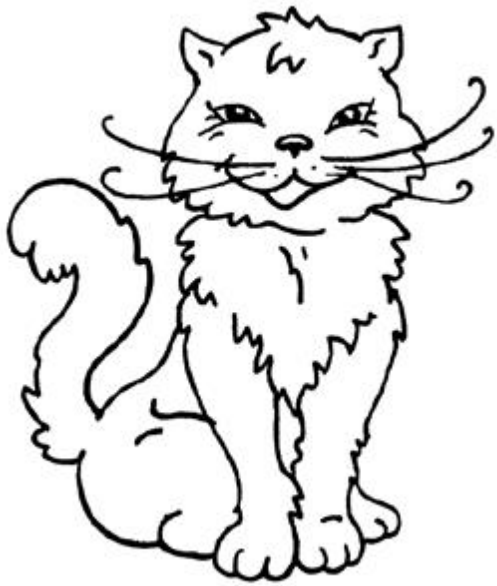
На цветы водицу стряхивает.

(Делайте движения кистями рук, как будто стряхиваете воду.)



Совет
Никогда не принуждайте малыша заниматься.

Кот и мышки



Только мышки заскребут,

(Перебирайте всеми пальцами, скребите по столу или по колену.)

Серый Васька тут как тут.
Тише, мыши, уходите,

(Пальцы замирают.)

Кота Ваську не будите.
Как проснется Васька-кот,
Распугает хоровод.
Вот проснулся Васька-кот —
Разогнал весь хоровод!

(Всеми пальцами «убегайте» от кота.)

Совет

Играя с малышом, нужно время от времени менять тип игр, переходя от подвижных к «тихим». После пальчиковой гимнастики можно побегать и попрыгать. Предложите малышу, например, небольшую инсценировку стихотворения «Кот и мышки», где ребенок будет мышкой, а вы – котом.

Дом

Тук-тук молоток —
Строим домик из досóк!

(Постучите кулачками один о другой.)

Красим стены, красим дверь!

(Расслабленной кистью руки водите по столу или колену, изображая малярную кисть.)

Здесь поселимся теперь.

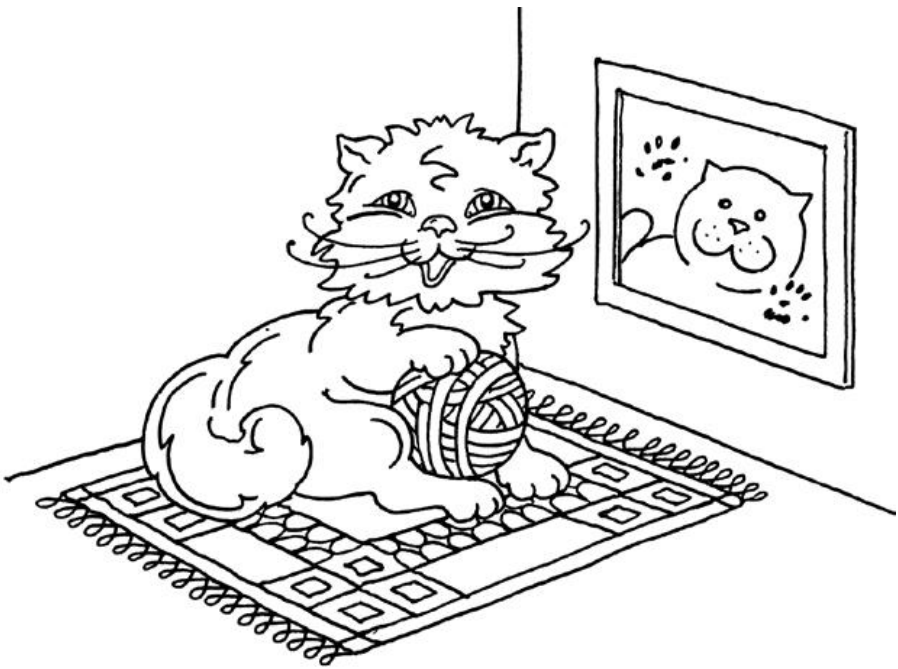
(Поднимите руки вверх и похлопайте.)

Совет
Не ставьте перед ребенком сложных задач сразу.

Клубочек

Вертите руками, будто наматываете нитку на клубок. Протяните ладошки вперед, покажите три пальчика, сожмите кулачки. Снова протяните ладошки.

В уголке сидит комочек,
В лапах держит он клубочек.
Это наш котенок Тишка —
Озорник и шалунишка!



Совет

Повторяйте с ребенком наиболее понравившиеся игры.

Сова

Сложите пальчики одной руки так, будто держите иголку, а пальчики другой – словно держите пяльцы.

На поляне – мурава,

(Шевелите пальцами, изображая, как растет трава.)

На дубу живет сова,

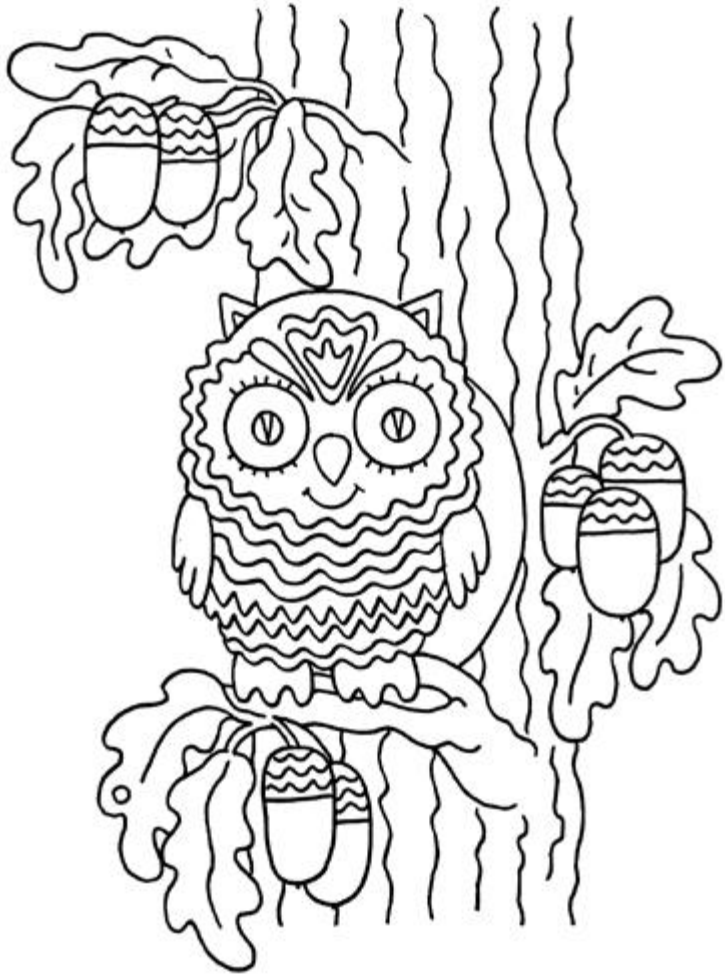
(Машите раскрытыми ладошками, как крыльями.)

Живет-поживает,
Скатерть вышивает.
Иголочкой тык-тык —

(«Вышивайте» скатерть, как описано выше.)

Не дотыкивает;
Остренькою тык-тык —
Перетыкивает.

(«Вышивайте» скатерть, как описано выше.)



Обратите внимание!

Эта игра развивает воображение малыша и подготавливает пальчики к рисованию.

По грибы

Либо посадите малыша себе на колени (лицом к лицу), либо устройтесь рядом с ним на полу. На последнем слове каждой строчки хлопайте в ладоши и произносите это слово чуть громче остальных.

Как я по лесу по зеленому БРЕДУ,

(Хлопните в ладоши.)

Я грибочки в кузовок СОБЕРУ,

(Хлопните в ладоши.)

Я в осиннике рыжики БЕРУ,

(Хлопните в ладоши.)

По березничку – ПОДБЕРЕЗОВИКИ,

(Хлопните в ладоши.)

По сосновым пням – ОПЕНОЧКИ,

(Хлопните в ладоши.)

Под сосной – белый гриб-БОРОВИК.

(Хлопните в ладоши.)

Обратите внимание!
Игра развивает чувство ритма.

Радуга-дуга

Ах ты, радуга-дуга,

(Поднимите руки над головой и изобразите радугу.)

И туга, и высока!

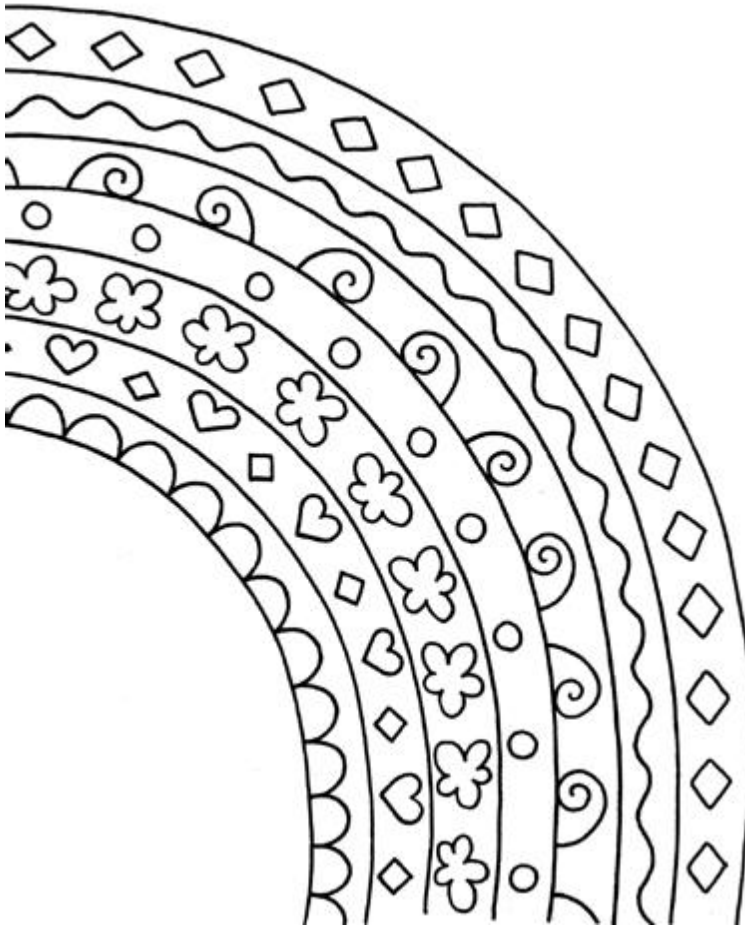
(Обе руки поднимите вверх, вытяните пальцы, покрутите кистями.)

Не давай нам дождичка,

(Делайте движения кистями рук, как будто стряхиваете воду.)

Подавай нам ведрышко.
Чтоб ребятам погулять,

(Всеми пальцами совершайте «прыжки» по столу или колену.)



Чтоб телятам поскакать,

(Всеми пальцами совершайте «прыжки» по столу или колену.)

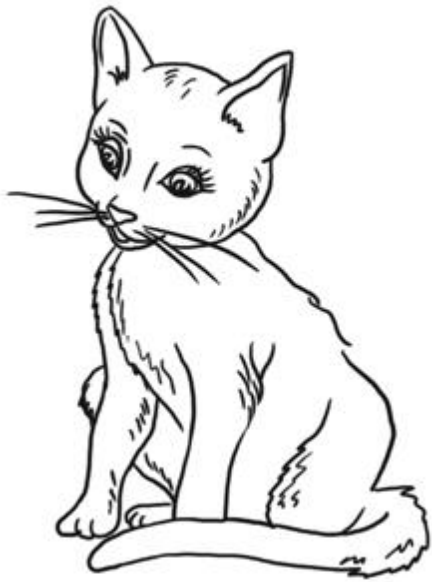
Нужно солнышко,
Колоколнышко!

(Раскрытыми ладонями с максимально раздвинутыми пальцами покажите солнышко.)

Совет

Для развития мелкой моторики полезны игры с пальчиками, где необходимо выполнять те или иные движения в определенной последовательности.

Кошка



Кошка целый день лежит,

(Положите согнутую ладошку на ладошку – будто лапки кошки.)

Мышь у норки сторожит.

(Кулачком изобразите норку мышки.)

Мышка выглянет в окошко —

(Выньте из кулака один палец.)

Не ушла ли еще кошка?
Цап-царап!

(Схватите палец другой рукой.)

Совет

Последние три строки можно прочесть пять раз, чтобы рука-кошка смогла поймать пять пальчиков-мышек.

Две тетери

Как на нашем на лугу
Стоит миска творогу.
(Сомкните запястья обеих рук, раскройте ладони и пальцами изобразите миску.)
Прилетели две тетери,
(Помашите ладонями, изображая полет.)
Наклевались, улетели.
(Соедините большой средний и указательный пальцы на обеих руках, изображая клювы, тетерь постучите «клювами» по столу или колену.)

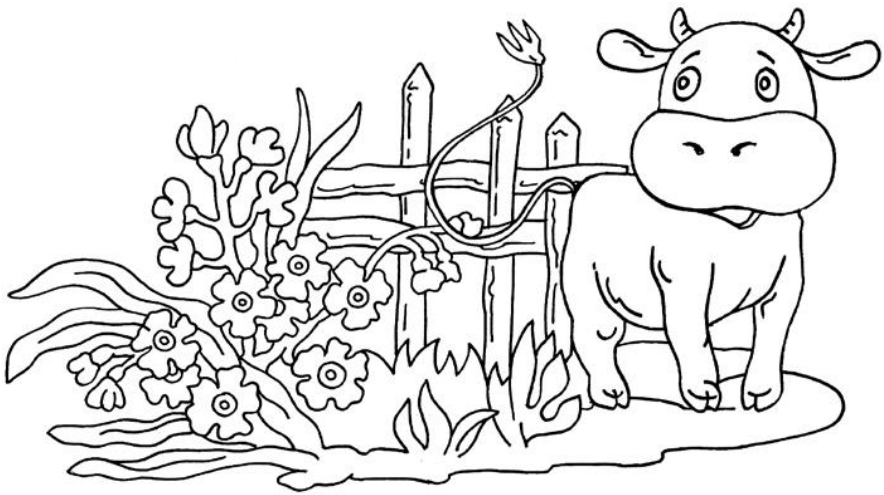
Совет

Для развития мелкой моторики полезны игры, в которых требуется что-то брать или вытаскивать, сжимать-разжимать, выливать-наливать, насыпать-

высыпать, проталкивать в отверстие и т. д.

Веревка

Вьем веревку тонко-тонко —
(Потрите ладонью о ладонь, будто вьем веревку.)
Привязать хотим теленка.
(Совершайте руками движения, будто вяжете большой узел.)



Совет

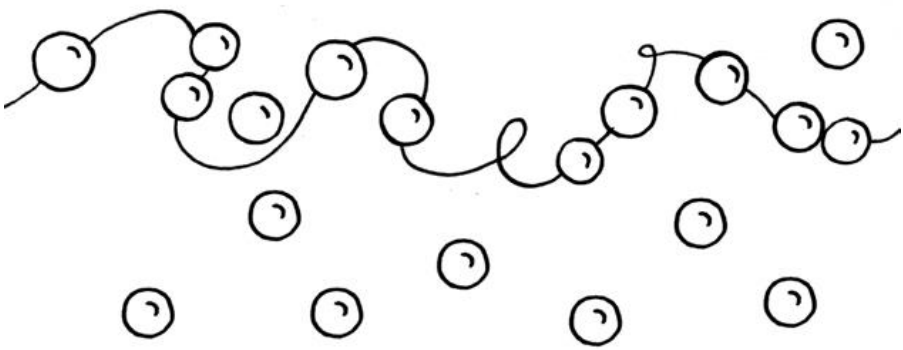
Массажируя пальчики ребенка, уделяйте внимание сгибанию-разгибанию каждого пальца, чтобы в дальнейшем малышу было легче в повседневных играх воспроизводить это движение.

Бабушкины бусы

У нашей бабуси
Рассыпались бусы.
Раз, два, три, четыре, пять —
Нужно бусинки собрать!

(Положите руки на стол ладонями вниз и попеременно переворачивайте их на тыльную сторону.)

Здесь искали,
Здесь искали,
Еле-еле все собрали!



Совет

Для развития мелкой моторики полезно рисование карандашами, фломастерами, кистью и т. д.

Шмель

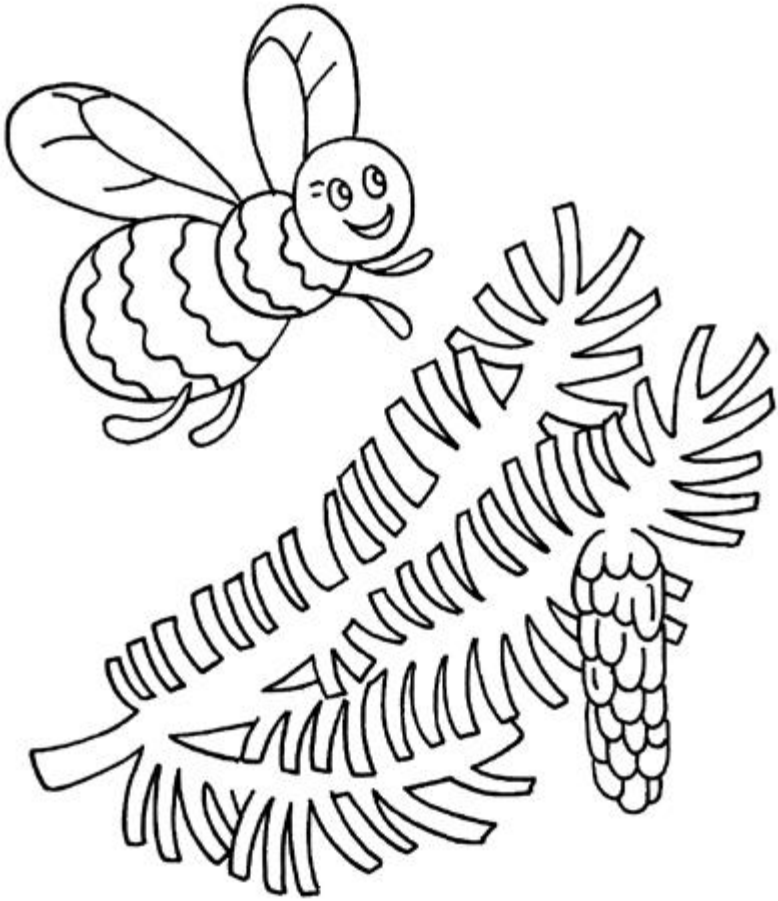
Полосатый шмель
Прилетел на ель.

(Раскройте ладонь, изображая еловую лапу.)

Лапками перебирает,
Иголки считает.

(Захватывая щепотью поочередно все пальцы, разминайте их от основания до подушечки.)

Раз, два, три, четыре, пять…
Как бы крылья не помять!



Повторите игру для второй руки.

Совет

Помните, главное – не давить на ребенка, подчеркивать, что ему что-то не удается. Со временем у него все получится.

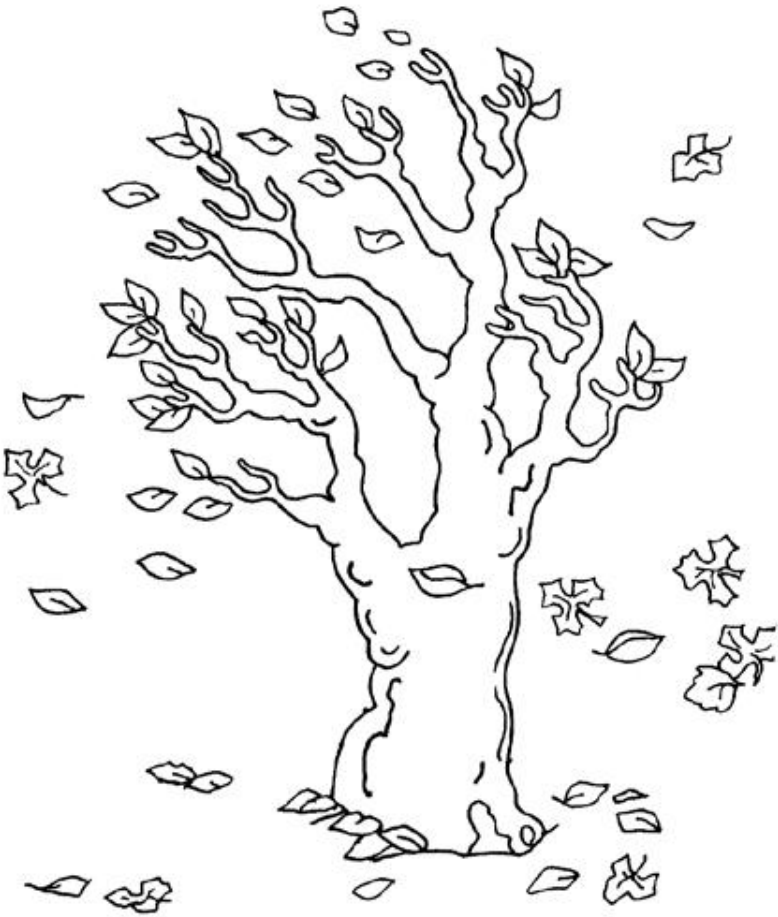
Листопад

Листопад в саду и в парке,
Как же много листьев ярких
Над землей кружится,
На траву ложится.

(Раскройте ладони, распрямите пальцы и плавными покачивающими движениями опустите руки к стопам.)

Обратите внимание!

Ближе к третьему году жизни ребенок начинает воспринимать себя как вполне самодостаточную личность.



Мышка-именинница

У мышки-норушки
Собрались подружки.
В это воскресенье
У нее день рожденья!

(Соберите пальцы обеих рук в щепоть и двигайте ими по столу, изображая мышек.)

Принесли подружки
Сласти и игрушки:

(Загибайте пальцы.)

Куклы и хлопушки,
Калачи, ватрушки
И серьги на ушки!

(Помашите ладонями, изображая мышкины ушки.)

Обратите внимание!

В этом возрасте ребенок активно участвует в групповых подвижных играх, запоминает их правила и может попросить родителей повторить игру.

Арбуз

Я большой арбуз усатый,
Я зеленый, полосатый.

(Погладьте ладонями голову и проведите указательными пальцами под носом, показывая усы.)

Греет солнышко бочок.
Я поспел, как только смог.

(Наклоните голову и прижмитесь щекой к ладони. Другой ладонью погладьте свободную щеку, изображая, как солнышко греет бочок.)

С грядки вы меня возьмите
И на части разделите.

(Указательными пальцами обеих рук проведите несколько линий от макушки до шеи.)

Обратите внимание!

Детям этого возраста сложно долгое время концентрировать внимание на одной игре.

Засолка капусты

Мы капусту рубим,

(Совершайте попеременные движения прямыми кистями вверх-вниз.)

Мы морковку трем,

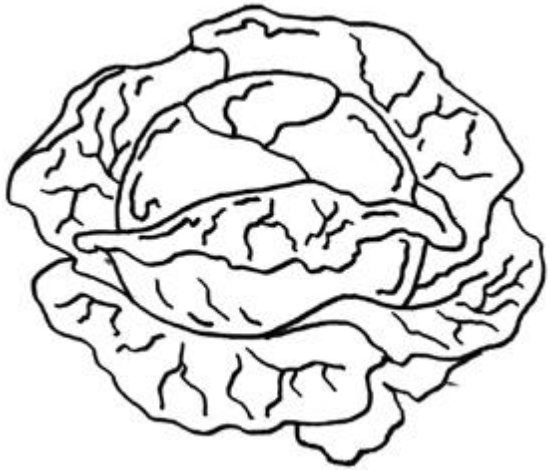
(Потрите правым кулачком по левой ладони.)

Мы капусту солим,

(Сложите пальцы в щепоть и «посолите».)

Мы капусту жмем.

(Ритмично сожмите обе кисти в кулаки.)



Совет

Постарайтесь строить занятия таким образом, чтобы игры, цель которых – развитие интеллекта, перемежались физическими разминками, расслабляющими упражнениями.

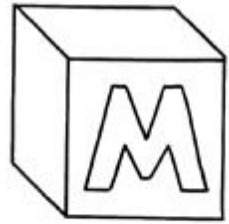
Потрудились – отдохните!

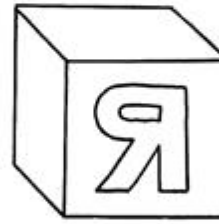
Потрудились – отдохните!
Ваши пальчики встряхните.

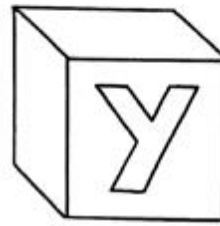
(Расслабьте руки и встряхните ими.)

Кулачки сожмите,
После разожмите.

(Сжимайте и разжимайте кулачки.)



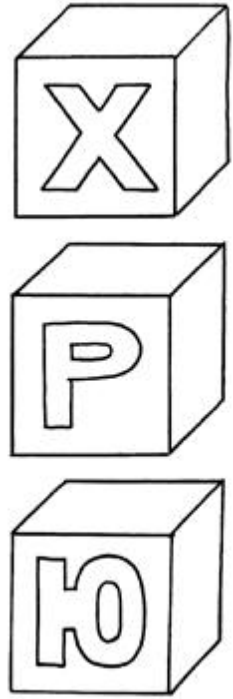




Совет

Можно использовать для игры кубики с буквами. Предложите ребенку вместе со сказочными героями сказать, как говорит, например, котенок или мышка. Это способствует развитию воображения и мышления малыша.

Выполняйте все движения согласно тексту стихотворения.

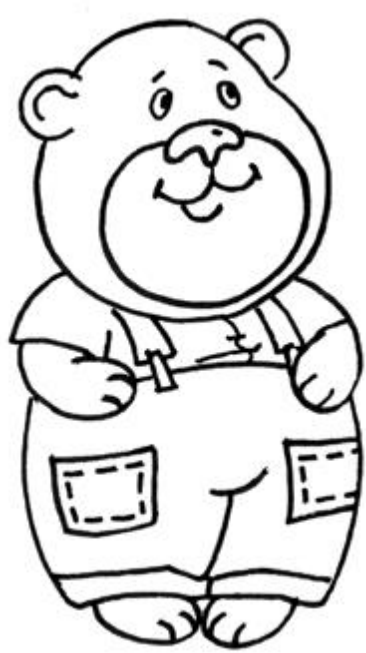


Девочки и мальчики,
Шевелите пальчиками.
В кулачок сожмите,
После разожмите.
Раскройте ладошки,
Встряхните немножко!

Обратите внимание!

Упражнение можно выполнять в любое время и в любом месте. Это поможет вам при необходимости занять и отвлечь ребенка.

Помощник



Пилили дровишки
Веселые мишки.

(Имитируйте движение пилы, двигая ладонями вперед-назад.)

Топором рубили,

(Имитируйте движение топора, двигая ладонями вверх-вниз.)

Медведице носили,
Чтобы печь топилась,
Чтоб каша варилась

(Поводите пальцем по ладони.)

Это интересно!

Речь ребенка формируется правильно и своевременно, когда движения пальцев рук достаточно хорошо развиты.

Лягушки

Скачут две лягушки —
Зеленые подружки.
Комаров они поели,
Прогуляться захотели.

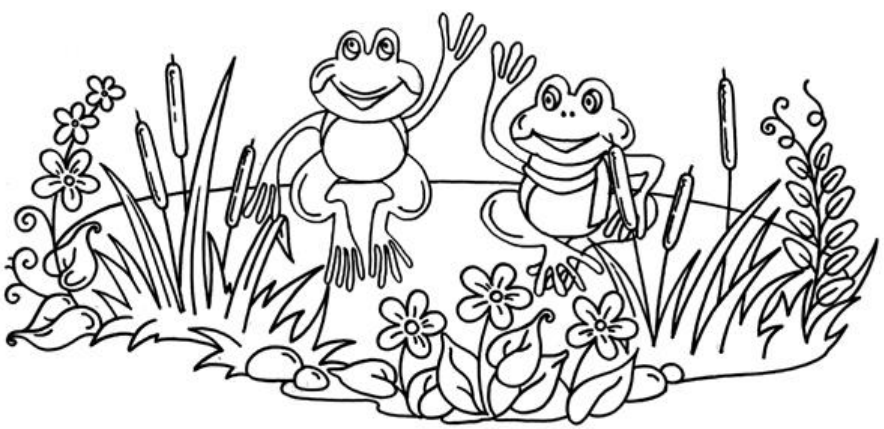
(Обеими руками выполняйте собирающие движения на поверхности стола, при этом кисти должны слегка подпрыгивать, словно лягушки.)

Шлеп-шлеп ножками,

(Поочередно шлепайте раскрытыми ладонями по столу.)

Хлоп-хлоп ладошками!

(Хлопайте в ладоши.)



Это интересно!

Ребенок, у которого хорошо развита мелкая моторика, умеет логически рассуждать, у него хорошо формируются внимание и память, связная речь, он лучше подготовлен к письму.

Дождь

Встряхивайте кистями рук согласно тексту стихотворения.

Дождь поет такую песню:
Шлеп-шлеп, кап-кап.
Подпоем ему все вместе:
Шлеп-шлеп, кап-кап.
Утром слышим за окном:
Шлеп-шлеп, кап-кап.
Громыхнул ужасный гром:
Ба-бах!

Совет

Чтобы выполнить движения без ошибок, следует предварительно потренироваться.

Гули, гули

Гули, гули, полетели,

(Взмахните перед собой кистями.)

На головку гули сели,

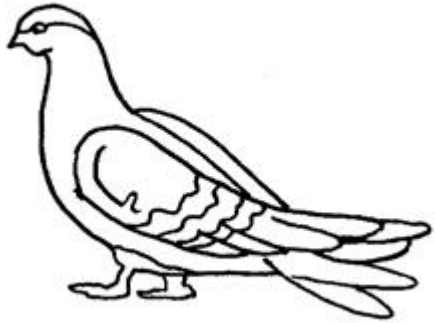
(Положите обе руки на голову.)

Сели, посидели,

(Покачайте головой, руки на голове.)

Опять полетели.

(Взмахните перед собойкистями рук.)



Совет

Эта игра выполняется синхронными движениями – двумя руками вместе.

Кукушечка

Ку-ку, ку-ку, кукушечка,

(Ладони прижмите к щекам и покачайте головой из стороны в сторону четыре раза.)

Лети-ка во лесок.

(Разведите руки в стороны и три раза взмахните ладонями, как крыльями.)

Ку-ку, ку-ку, кукушечка,

(Прижмите ладони к щекам и покачайте головой из стороны в сторону четыре раза.)

Подай-ка голосок.

(Разведите руки в стороны и три раза взмахните ладонями.)

Обратите внимание!

Пальчиковые игры способствуют развитию творческой активности, формированию мелких мышц рук, речи, мышления.

Шел бычок

Шел бычок

(Прижмите к голове кулачки с выставленными вперед указательными пальцами.)

Вдоль забора,

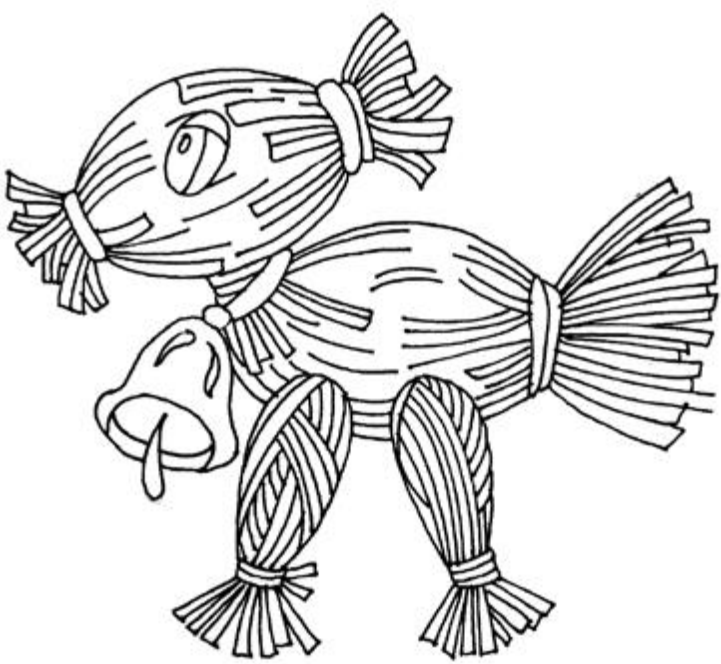
(Расположите вертикально перед грудью ладони с растопыренными пальцами.)

Увидал мочало.

(Расслабьте ладони так, чтобы они бессильно повисли.)

Начинай сказочку сначала.

(Разведите руки в стороны.)



Обратите внимание!

Эта игра относится к так называемым докучным сказкам, то есть ее можно повторять бесчисленное количество раз, пока не надоест.

Дятел

Дятел-дятел
Сел на сук.

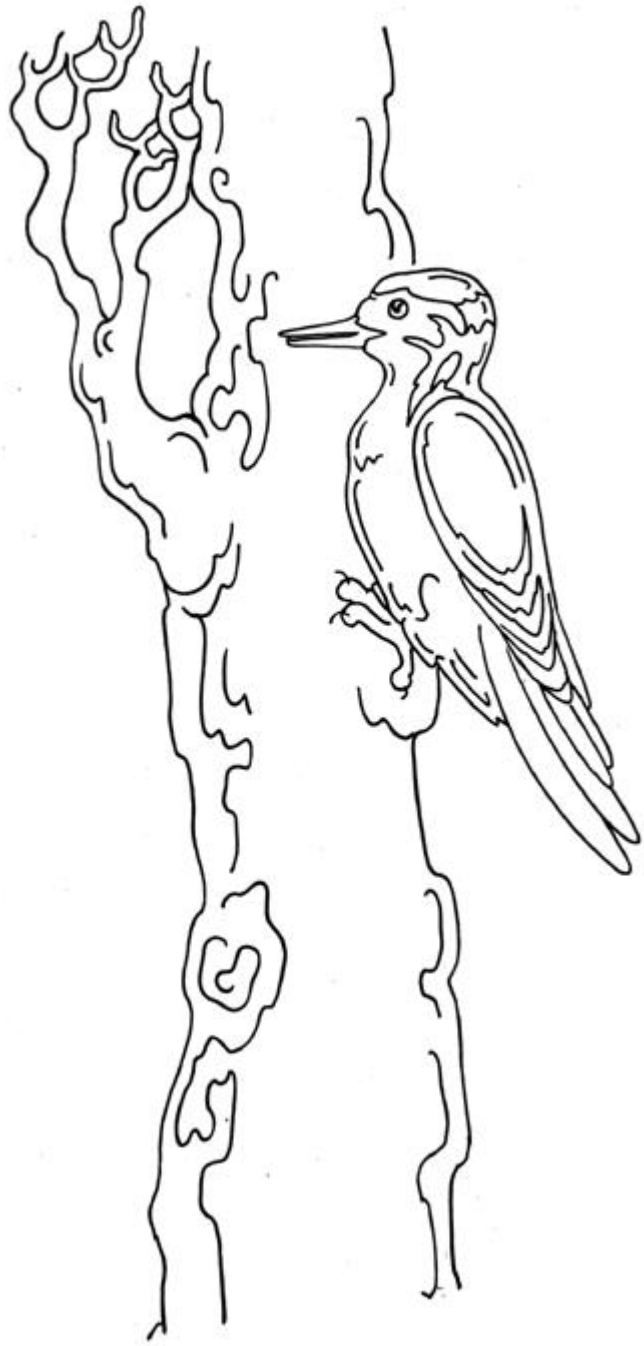
(Помашите кистями, как крыльями.)

Тук-тук-тук,
Тук-тук-тук,
Тук-тук-тук,

(Постучите большими пальцами обеих рук по столу.)

Тук-тук-тук,
Тук-тук-тук,
Долбит сук.

(Повторите те же движения указательными пальцами, затем средними, безымянными, мизинцами.)



Обратите внимание!

Пальчиковые игры вырабатывают ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Мы шагаем

Мы шагаем друг за другом

(Пальцы рук «шагают» по столу.)

Лесом и зеленым лугом,

(Энергично «маршируйте» на месте.)

В поле бабочки летают,
Крылья пестрые мелькают.

(Помахивайте руками, поднятыми вверх.)

Полетели поскорей,
Все быстрей, быстрей, быстрей!

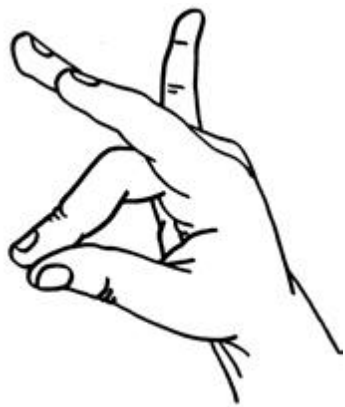
(Помахивайте руками быстрее.)

Совет

Из всего многообразия пальчиковых игр нужно выбирать те, которые соответствуют возрасту и индивидуальным особенностям ребенка. Внимательно следите за развитием своего чада.

Четыре братца

Попросите малыша соединить пальчики в щепотку, затем покажите, как соединить с большим пальцем поочередно все остальные.



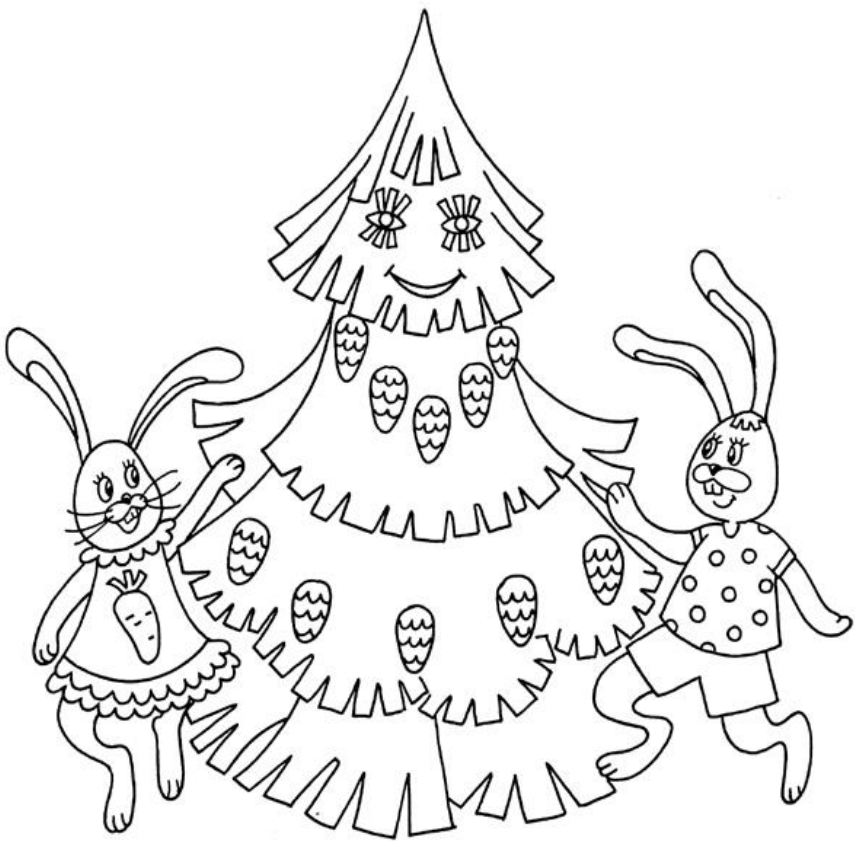
Идут четыре братца
Навстречу старшему.
– Здравствуй, старшой!
– Здорово, Васька-указка,
Мишка-середка
Да крошка Тимошка!

Обратите внимание!
Игра учит осознанно двигать пальцами.

Елка

Подержите некоторое время ладони на себя под углом, пальцы переплетены и выпрямлены, как торчащие еловые ветки. Локти к туловищу не прижимайте.

Зеленая елочка —
Сарафан с иголочки.
Зимой и летом
Нарядно одета.

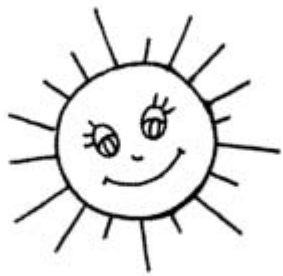


Обратите внимание!

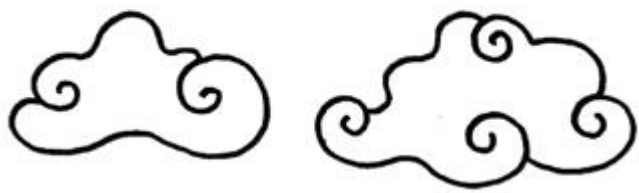
Эта игра – хорошая разминка пальцев перед рисованием.

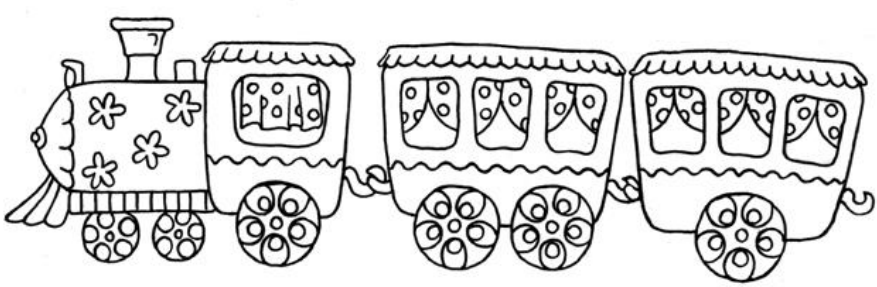
Паровоз

Поставьте ладони на ребро, мизинцы прижмите друг к другу (как ковшик), большие пальцы подняты вверх.



Как-то раз паровоз
Проезжал через мост.
Ту-ту!





Обратите внимание!

Хорошим упражнением может быть обыкновенное завязывание и развязывание узлов. Для этого подойдет

объемный шарф или толстая веревка. Можно заготовить несколько разных предметов для завязывания или ограничиться одним, на котором навязать несколько узлов.

Стул

Попросите ребенка поставить левую ладонь вертикально вверх, а к нижней ее части приставить кулак большим пальцем к себе. Когда малыш справится с этим упражнением, можно поменять руки местами.

Есть спина,
А не лежит.
Ноги есть,
А не бежит
День и ночь стоит,
Всем присесть велит.

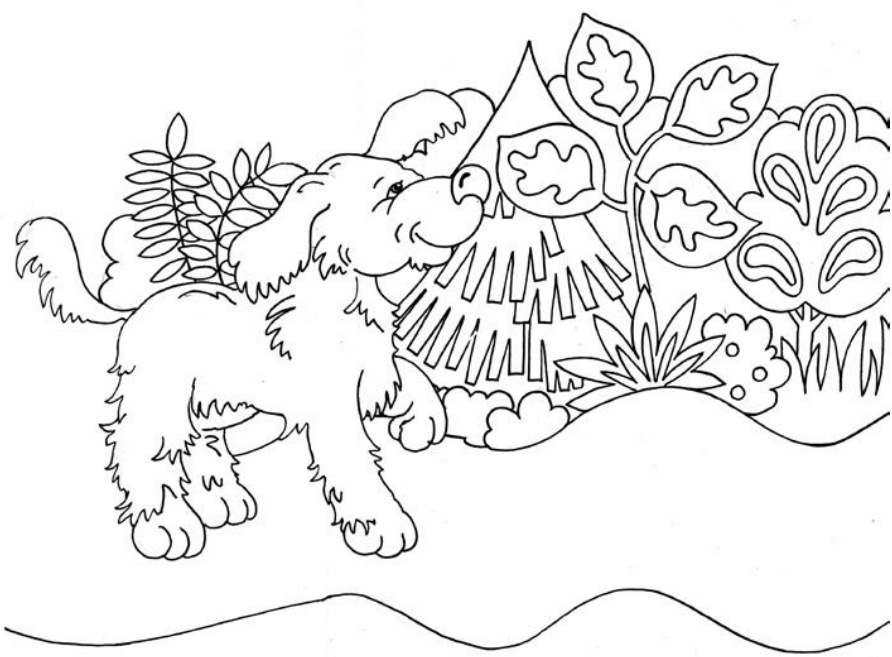
(Стул)

Обратите внимание!
Игра-загадка развивает воображение ребенка.

Собака

Левую ладонь поставьте на ребро. Чуть согнутый большой палец смотрит вверх. Указательный палец согнут, средний и безымянный вместе. Попеременно опускайте и поднимайте мизинец.

Четыре четырки,
Две растопырки,
Седьмой вертун,
А сам ворчун.



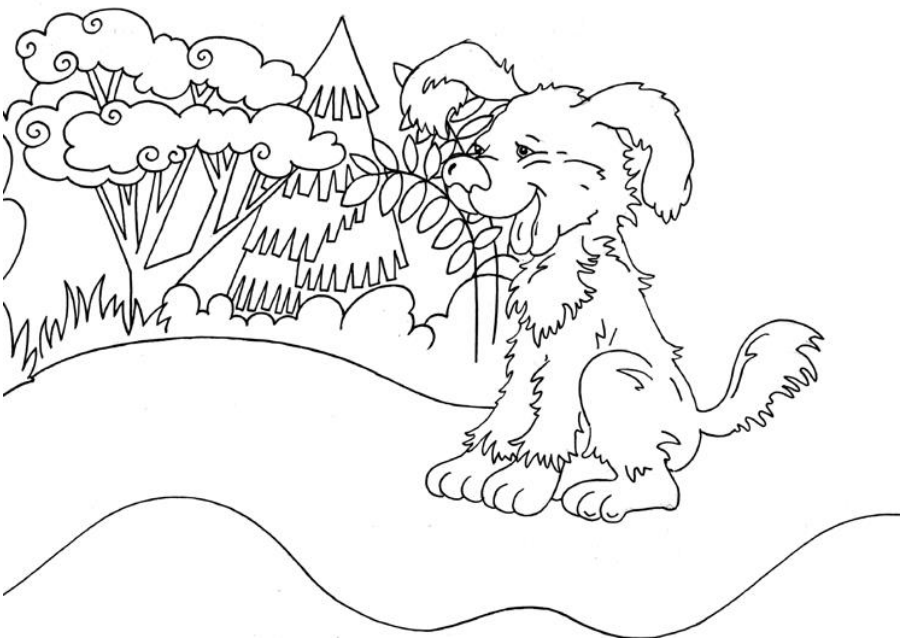
Обратите внимание!

Упражнение довольно сложное для малыша, скорее всего, потребуется ваша помощь.

Щенок

Правую ладонь поставьте на ребро и разверните на себя. Большой палец поднят вверх. Указательный, средний и безымянный пальцы соединены вместе. Мизинец отведен и попеременно опускается и поднимается – «собака лает».

Мой щеночек звонко лает,
Но пока что не кусает.



Совет

Необходимо уже в этом возрасте пополнять словарный запас ребенка, прививать любовь к чтению.

Хлопни в ладоши

Покажите ребенку различные движения: маршируйте, хлопайте в ладоши, кивайте головой, шевелите пальцами и сгибайте ноги в коленях. Затем предложите малышу вместе с вами выполнить хлопки.

Хлопни-ка, хлопни-ка,
Хлопни в ладоши,
Хлопни-ка, хлопни-ка,
Хлопни в ладоши.

Это интересно!

Пальчиковые игры позволяют на 2–2,5 месяца ускорить развитие речи.

В лес по ягоды

Раз, два, три, четыре, пять,

(Пальцы обеих рук «здороваются» – соприкасаются друг с другом; сначала соединяются большие пальцы.)

В лес идем мы погулять.

(Указательные и средние пальцы обеих рук образуют «ножки» и шагают по столу.)

За черникой, за малиной,

(Правая рука сгибает пальцы на левой, начиная с большого, затем – указательного.)

За брусникой и калиной.

(Загните средний и безымянный пальцы.)

Землянику мы найдем

(Загните мизинец.)

И братишке отнесем.

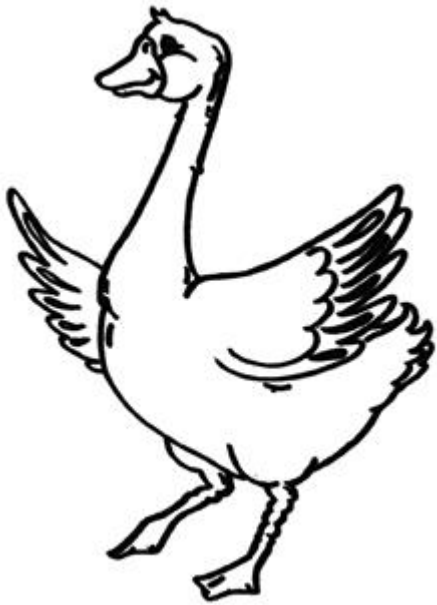
(Указательные и средние пальцы обеих рук «ножками» шагают по столу.)

Совет

Для развития мелкой моторики рук полезно застегивание и расстегивание молний, пуговиц, одевание и раздевание и т. д.

Наши уточки с утра…

Наши уточки с утра:
– Кря-кря-кря! Кря-кря-кря!



(Согните ладонь под прямым углом, вытяните пальцы вперед и соберите в щепоть. Ритмично в такт потешке то разъединяйте, то соединяйте кончики четырех пальчиков с кончиком большого пальца.)

Наши гуси у пруда:
– Га-га-га! Га-га-га!

(Согните ладонь под прямым углом, протяните пальцы вперед и прижмите друг к другу. Согните указательный палец и упритесь им в большой. Ритмично в такт потешке то разъединяйте, то соединяйте кончики указательного и большого пальцев.)

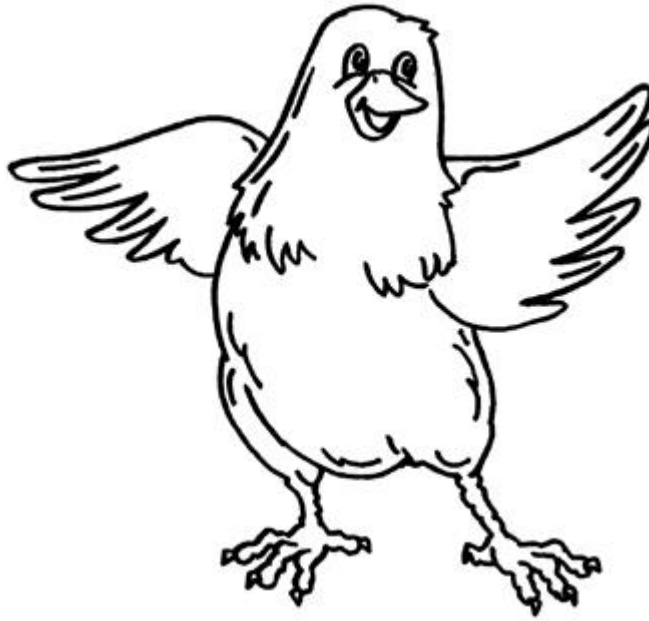
А индюк среди двора:
– Бал-бал-бал! Балды-балда!

(Расслабленные кисти рук поднимите вверх. Покрутите ими.)

Наши гуленьки вверху:
– Грру-грру-у-грру-у-грру-у!

(Поместите руки перед грудью, ладони повернуты к телу. Большие пальцы переплетены, образуют «голову голубя», остальные пальцы будут «крыльями». Ритмично помашите ими.)

Наши курочки в окно:
– Ко-ко-ко-ко-ко-ко-ко!



(Ладонь немного согните, указательный пальчик упирается в большой. Остальные пальчики накладываются друг на друга в полусогнутом положении, образуя «гребешок». Можно повертеть кистью, имитируя движение куриной головки.)

А как Петя-петушок
Ранним утром поутру
Нам споет: «Ку-ка-ре-ку!»

(Пальцы сцеплены в замок. Кончики пальцев правой руки нажимают на верхнюю часть тыльной стороны ладони левой руки так, что пальцы левой руки встают, как петушиный гребень. Затем на тыльную сторону правой руки нажмите пальцами левой – в петушиный гребешок превратятся пальцы правой руки.)

Совет

Посадите ребенка себе на колени или поставьте (посадите) напротив, чтобы он мог видеть и повторять за вами действия. Предложите продолжить игру, спросив у малыша, каких птичек он знает и как те поют. Чтобы малышу было легче, сначала задавайте вопросы, например: «а где наши воробушки?», «а как они поют», «а где наши вороны?», «а как они кричат?» и т. д.

С добрым утром!

С добрым утром, глазки!
Вы проснулись?

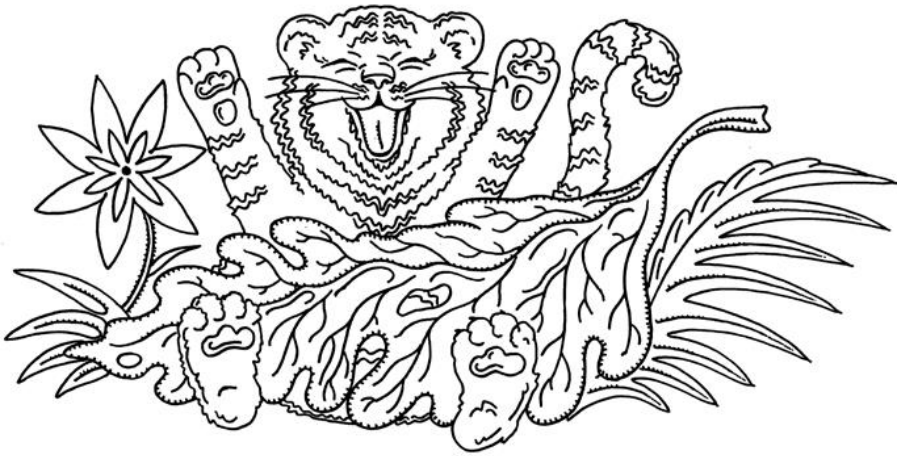
(Указательными пальцами поглаживайте область вокруг глаз, а затем из указательных и больших пальцев сложите «очки» и посмотрите в них.)

С добрым утром, ушки!
Вы проснулись?

(Ладонями поглаживайте уши, затем сделайте «ушки» из ладошек на макушке и пошевелите ими.)

С добрым утром, ручки!
Вы проснулись?

(Поглаживайте то одну, то другую ручку с обеих сторон, потрясите и пощипайте все пальчики, а затем похлопайте в ладоши.)



С добрым утром, ножки!
Вы проснулись?

(Поглаживайте коленки, спускаясь к щиколоткам, а затем потопайте ножками.)

С добрым утром, солнце!
Я проснулся (проснулась)!

(Поднимите руки вверх, посмотрите вверх – на солнце.)

Совет

Игра выполняется стоя.

Эта игра – хороший «успокоитель» после активной физической нагрузки. Также с ее помощью можно «переключить» внимание малыша, перейти к спокойным, или, наоборот, подвижным играм.

Купался бобер

На реченьке-речке

(Волнообразными, плавными движениями расслабленных кистей имитируйте течение реки.)

Купался бобер,
Купался, купался,
Не выкупался.

(Ладони полусогнуты, пальцы прижаты друг к другу. Правая ладонь вложена в левую. Не отрывая рук, переведите левую ладонь на место правой, затем снова правую поверх левой – имитируйте мытье рук.)

На горку взошел,

(Сложите ладони «горой»: кончики пальцев левой руки упираются в кончики пальцев правой руки под небольшим углом.)

Совет

Когда малыш выучит игру, повторите ее, заменив бобра каким-нибудь другим животным, например селезнем, тюленем, лебедем, даже крокодилом. Это хорошая тренировка внимания, фантазии и в определенной степени чувства юмора.

Весь вымазался.

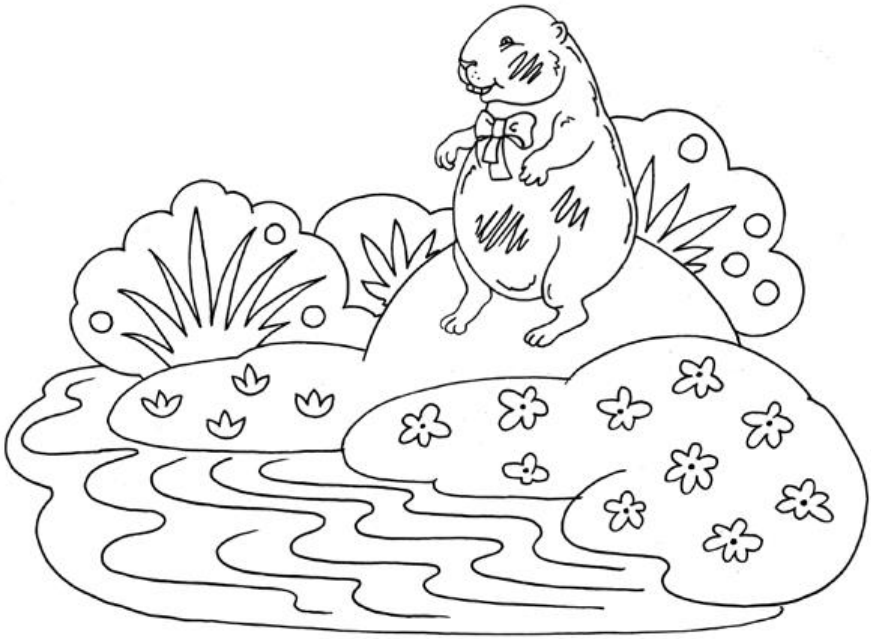
(Пальцы обеих рук расслаблены, расставлены в стороны. Постукивайте кончиками пальцев по телу.)

Под горку сошел,

(Сложите ладони «горой».)

Отряхивался.

(Ладони расслаблены, пальцы разъединены. Стряхивайте с тела «грязь».)



Совет

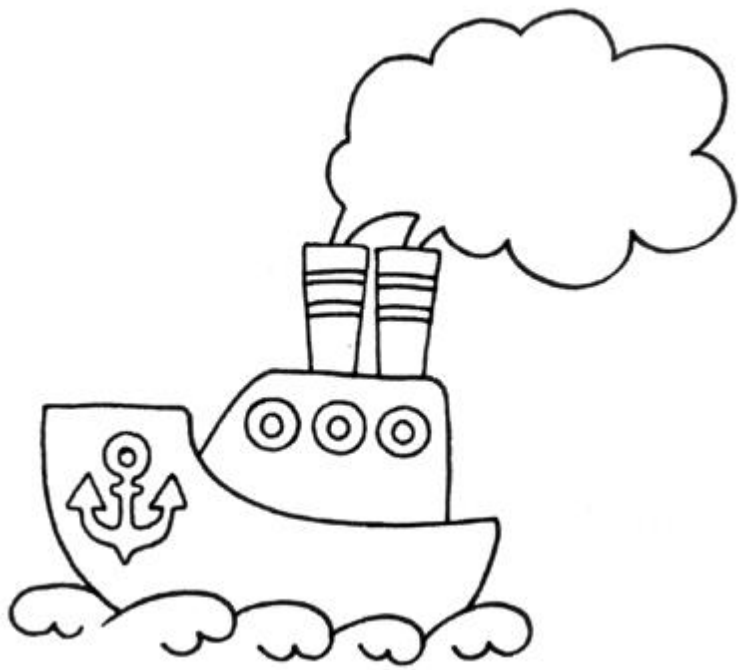
Для пальчиковой гимнастики может подойти любое детское стихотворение, которое нравится малышу. Более того, ребенок и сам может предложить движения пальчиками. Поощряйте его, хвалите и ободряйте.

Пальчиковые игры для детей третьего года жизни

Пароход

Ребенок ставит обе ладони на ребро и складывает их ковшиком, потом поднимает вверх большие пальцы.

Пароход плывет по речке,
И пыхтит он, словно печка.



Это интересно!

К трем годам речь малыша становится все более осмысленной. В этот период в лексиконе ребенка насчитывается около 1200–1500 слов.

Магазин ежа

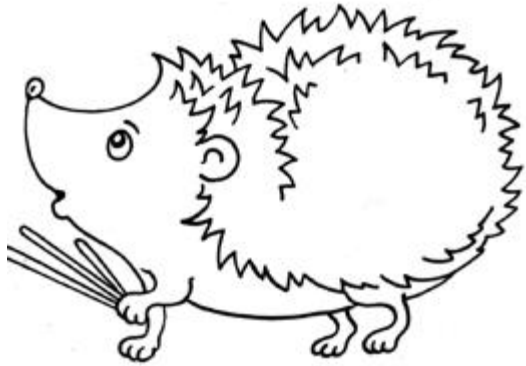
Среди сосен и осин

(Выпрямленными расставленными пальцами демонстрируйте иглы сосен, сомкнутыми ладошками – листья осин.)

Еж устроил магазин.

(Сложите ладони домиком.)

Белкам, сойками и синицам
Иглы продает и спицы.



Это интересно!

Ребенок третьего года жизни может составить небольшой рассказ по картинке, дать развернутую характеристику предмету или явлению.

Мышка

Ребенок держит руку так, чтобы средний и безымянный пальцы упирались в большой. Указательный палец и мизинец выпрямлены и подняты вверх.

У мышки-норушки
Ушки на макушке,
Чтоб в лесу услышать лиску
И глазастую совушку.

Совет

Обращайте внимание на то, правильно ли малыш произносит те или иные звуки, и регулярно занимайтесь

упражнениями на развитие артикуляционного аппарата. Хорошим массажем для пальчиков будет игра с сухим горохом, фасолью или крупой, например гречневой, рисовой, ячневой, манной. Нужно насыпать горох или крупу в высокую емкость, чтобы малыш смог погрузить в нее ладошки и сгибать-разгибать кулачки, шевелить пальчиками, водить ладошками в толще крупы, вынимать и погружать ладошки. Эта забава очень нравится детям. Главное – следить, чтобы разрезвившийся ребенок не принялся рассыпать содержимое емкости.

Очки

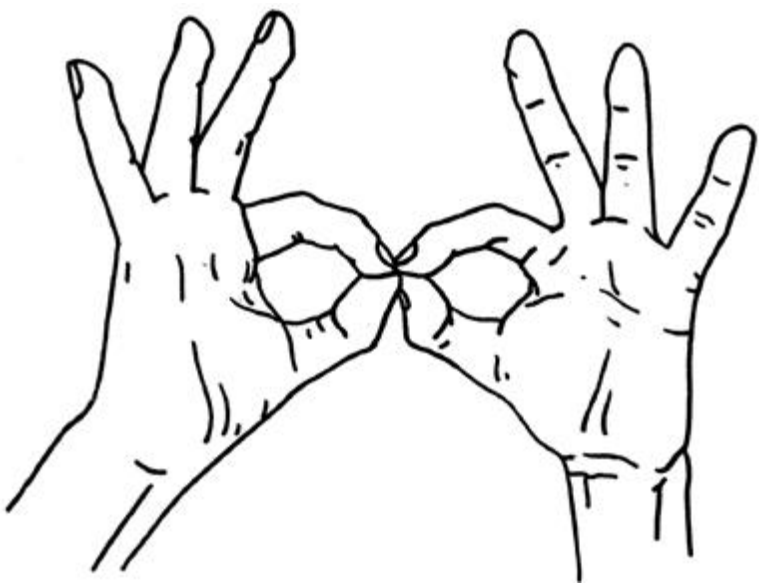
Из большого и указательного пальцев каждой руки образуйте кольцо. Готовые «очки» поднесите к глазам.

Дедушка очки надел
И грибочек разглядел.
В кузовок его!

(Совершайте движение, будто срываете гриб и кладете в кузовок.)

Бабушка очки надела
И грибочек разглядела.
В кузовок его!

(Совершайте движение, будто срываете гриб и кладете в кузовок.)



Обратите внимание!

Игра развивает воображение и подготавливает пальчики к рисованию.

Где какой пальчик?

При выполнении упражнения пальцы развернутой ладошки сгибаются в кулачок.

Этот пальчик – маленький,

(Загните мизинчик.)

Этот пальчик – слабенький,

(Загните безымянный палец.)

Этот пальчик – длинный,

(Загните средний палец.)

Этот пальчик – сильный.

(Загните указательный палец.)

Ну, а этот – толстячок,

(Загните большой палец.)

А все вместе – кулачок!

(Покрутите кулачком.)

Совет

Сначала игру можно выполнять на одной руке, другой помогая ей сгибать пальцы в кулачок. При втором прочтении рифмовки можно поменять действия рук.

Веер

Расслабьте руки от локтя, превратив их в большой веер, которым обмахивают лицо в жаркий день. Поочередно загибайте пальцы, начиная с мизинца.

Очень жарко обезьянам,
Все расселись по лианам.
Листья пальмы словно веер —
Пусть подует легкий ветер!

Это интересно!

Пальчиковые игры и упражнения – лучшее средство для развития мелкой моторики и речи.

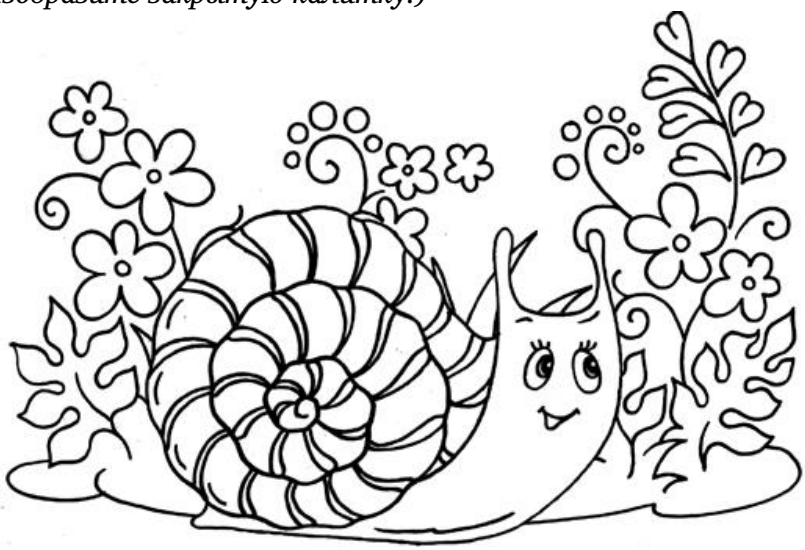
Улитка

Спешила улитка
К открытой калитке.

(Одну раскрытую ладонь положите на стол. Другую руку сожмите в кулак, оставив выпрямленными указательный и средний пальцы, как будто рожки улитки.)

Пока торопилась,
Калитка закрылась.

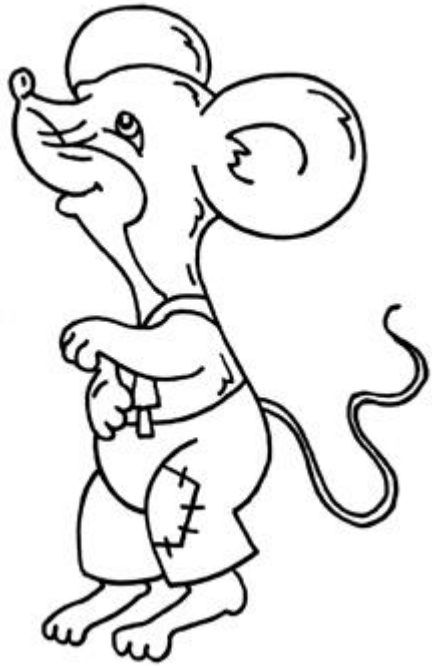
(Изобразите закрытую калитку.)



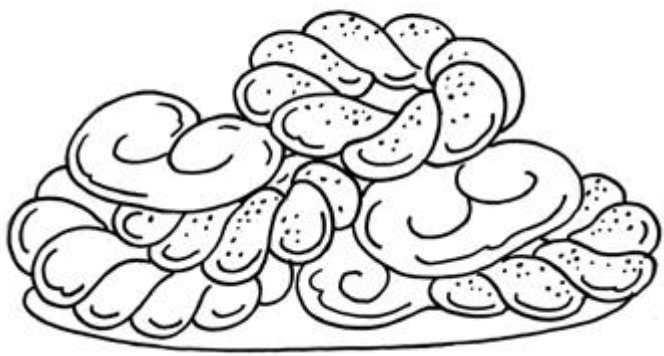
Совет
Тренируйтесь с малышом ежедневно.

Мышата

Ладонь положите на стол. Прямые пальцы соедините. Раздвиньте в стороны поочередно две пары пальцев: сначала мизинец и безымянный, затем – средний и указательный. Большим пальцем «зовите» мышат и «кормите» их калачами.



Двое братцев-мышат из норки глядят.
Две мышки-сестрички из норки глядят.
Мама-мышка у печи
Их зовет на калачи!



Совет

Во время занятий ребенку ни в коем случае не должно быть скучно.

Гномики

Маленькие гномики
Ловко строят домики.

(Образуйте угол – «крышу» – пальцами обеих рук, соединив их подушечками под углом. Большие пальцы соедините по прямой линии. Получится треугольная «крыша» с «окном». Раздвиньте шире запястья, а локти прижмите к туловищу – получится «высокий дом».)

Чтоб гостей им пригласить,
Надо столик смастерить.

(Правую руку в положении кулачка зафиксируйте на столе, левую руку с прямыми пальцами, плотно прижатыми друг к другу, разместите на кулачке – получится «стол».)

Чтоб гостей им посадить,
Надо стульчик смастерить.

(Левую руку поднимите вертикально вверх. Прямые пальцы плотно прижмите друг к другу.)

Совет

Можно сочинить целую сказку о гномиках и их гостях.

Продолжите игру, придумывайте новые куплеты, например такие:

Чтоб гостей накормить,
Надо ложечки купить.

(Сложив ладонь ковшиком, изобразите ложечку.)

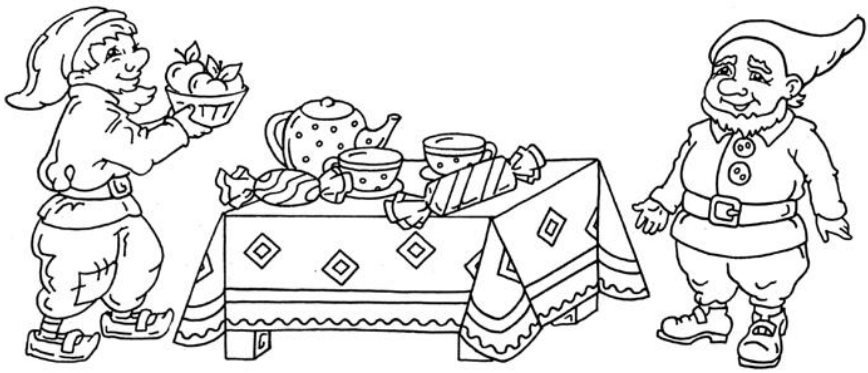
Чтоб их чаем напоить,
Надо чашечки купить.

(Совершайте рукой движения, будто держите чашку и пьете

чай.)

Чтоб гостей развеселить,
Надо хоровод водить.

(Возьмитесь за руки и походите, словно в хороводе.)



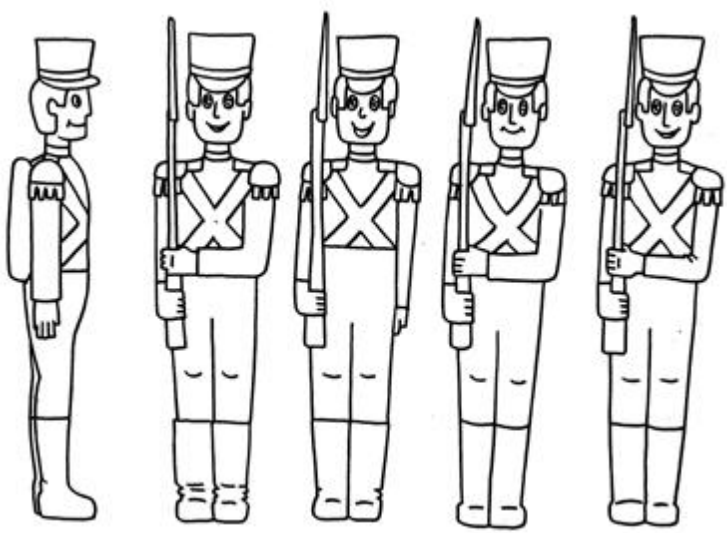
Совет

Если упражнение выполняется легко, можно менять положение рук попеременно на счет «раз», «два».

Пальчики-солдатики

Поочередно разгибайте пальцы, начиная с большого. Затем большим пальцем прикасайтесь поочередно к остальным – «будите» их. Одновременно с восклицанием «Ура!» разожмите кулачок, широко расставив пальцы в стороны.

Командир позвал солдат:
«Становитесь дружно в ряд!
Первый встал, за ним – второй,
Безымянный, быстро в строй!»
А мизинчик очень мал,
Он чуть-чуть не опоздал.
Встали пальчики: «Ура!»,
На парад идти пора.



Совет

Помните о том, что у малыша две руки, – старайтесь все упражнения дублировать: выполнять и правой, и левой рукой.

Большая стирка

Буду маме помогать.
Буду сам белье стирать.
(Изобразите стирку, потрите кулачками друг о друга.)
Мылом мылю я носки,
(Водите правым кулачком по ладошке.)
Крепко трутся кулачки,

(Потрите кулачками друг о друга.)
Сполосну носочки ловко
(Совершайте движения опущенными кистями вправо-влево.)
И повешу на веревку.
(Руки поднимите вверх, кисти согните, потом выпрямите; опустите руки.)

Совет

Игра обязательно должна доставлять удовольствие ребенку. Старайтесь заинтересовать малыша, побудить к активному участию.

Книжка о мартышках

Совершайте движения согласно тексту.

Посмотри-ка, в этой книжке

(Изобразите закрытую книгу.)

На картинке две мартышки.

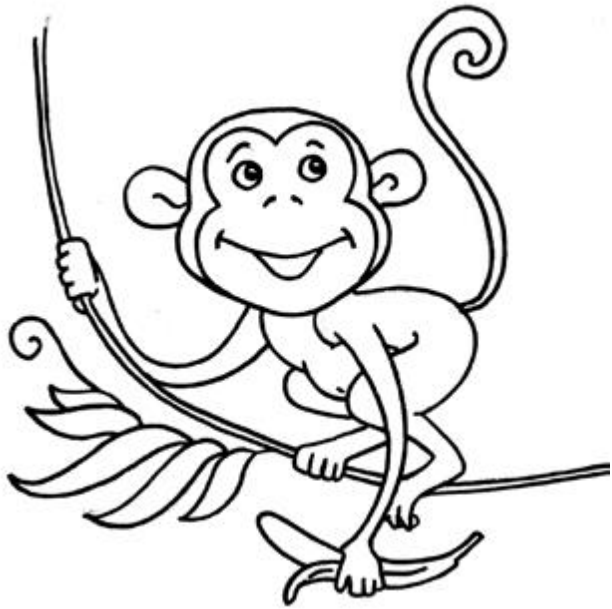
(Изобразите открытую книгу.)

Мы страницы полистаем,

(Изобразите перелистывание страниц.)

О мартышках почитаем.

(Изобразите чтение.)



Совет

Повышенная активность требует от малыша определенных навыков, поэтому старайтесь уделять больше времени его физическому развитию.

По водицу

Рассказать вам, где мы были?
К речке по воду ходили.

(Изобразите ножки «человечков» указательным и средним пальцем.)

Принесли в ведре водицы,

(Изобразите «ведро»: округлите плотно сжатые пальцы от мизинца до указательного, указательным и большим изобразите кольцо.)

Чтоб детишкам всем умыться.

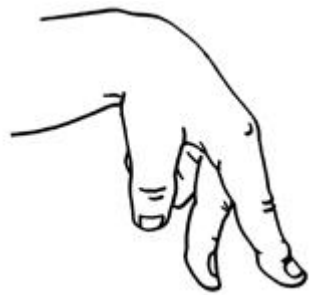
(Изобразите умывание: раскрытыми ладонями «трите» лицо.)

Вымыть уши, глазки наши

(Погладьте пальцами около глаз, ушей.)

И сварить на завтрак каши.

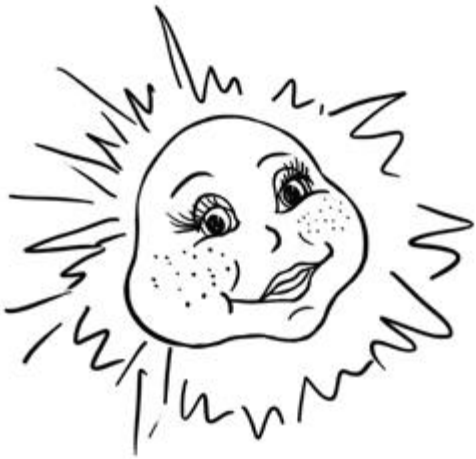
(Совершайте круговые движения указательным пальцем правой руки по левой ладони.)



Совет

Постепенно заменяйте упражнения новыми. Одновременно не стоит применять больше 2–3 игр.

Деревья-друзья

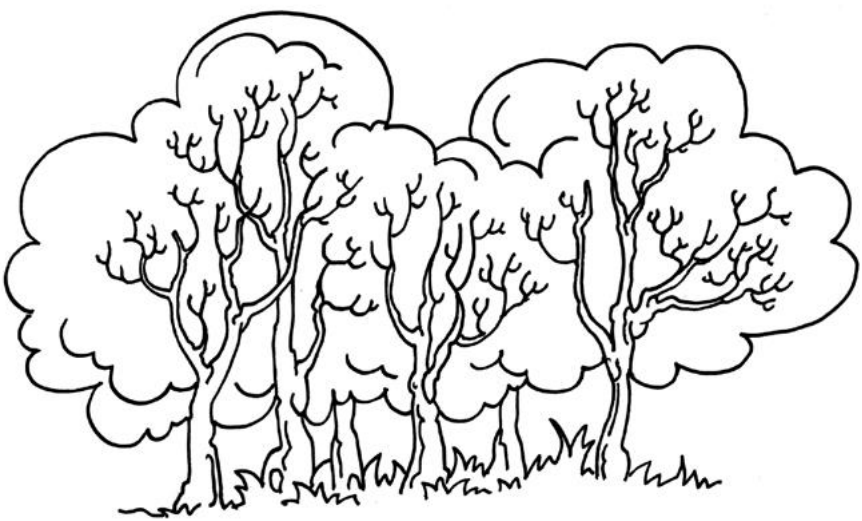


В темной чаще
В мрачной пуще

(Изобразите деревья.)

Ветки все переплелись,
Словно братья, обнялись.

(Переплетите пальцы на обеих руках.)



Совет

Большую пользу приносят стихи: малыш, который слышит ритм с первых дней жизни, потом намного легче обучается чтению – разговаривайте с малышом постоянно!

На корабле

На корабле из дальних стран

(Изобразите кораблик)

Плывет отважный капитан.

(Соедините ладони лодочкой)

Из тесной рубки, у штурвала,

(Изобразите движение штурвала.)

В бинокль увидел он немало.

(Изобразите бинокль.)

Средним и указательным пальцами изобразите человечка. Можно меняться ролями: сначала вы – кораблик, а малыш – капитан, который стоит в кораблике, а потом наоборот.

Совет

Помните, что пальчиковая гимнастика направлена на то, чтобы поддерживать, а не опережать естественное моторное развитие ребенка.

Мамино кольцо

У мамы грустное лицо —

(Изобразите грустное лицо.)

Не может отыскать кольцо.

(Изобразите кольцо.)

Но дочь нашла его у стула

(Изобразите стул.)

И вмиг на палец натянула.

(Изобразите соответствующее действие.)

Совет

Как можно чаще играйте с малышом в речевые игры, используя потешки, стихи, песенки.

Красивый цветок

У нас в саду расцвел цветок.
(Изобразите цветок с закрытыми лепестками.)
Чтоб стал красив он и высок,
(Изобразите цветок с открытыми лепестками.)
Раскрыл наутро лепестки,
(Совершайте ритмичные движения пальцами врозь, вместе.)
Должны работать корешки!
(Изобразите работу корней.)

Совет

Для развития мелкой моторики полезны игры с небольшими предметами, которые неудобно брать в руку (их нужно проводить только под контролем взрослых).

Щука, коза и лягушка

Щука плавает в пруду,

(Изобразите щуку.)

А козу пасут в саду,

(Изобразите козу.)

Жабке хорошо везде:

(Изобразите лягушку.)

И на суше, и в воде!

(Производите несогласованные движения пальцами.)

Совет

Следите за тем, чтобы ваша речь была понятна ребенку, но не переходите на «детский» язык и не общайтесь с малышом, копируя его произношение.

Прогулка

Пошли гулять козел с козой.

(Указательными и средними пальцами обеих рук «ходите» по столу.)

Напуган был козел грозой.

(Стучите кулаками по столу, изображая грозу.)

Козел спасался под мостом.

(Сложите ладошки «мостиком» над головой.)

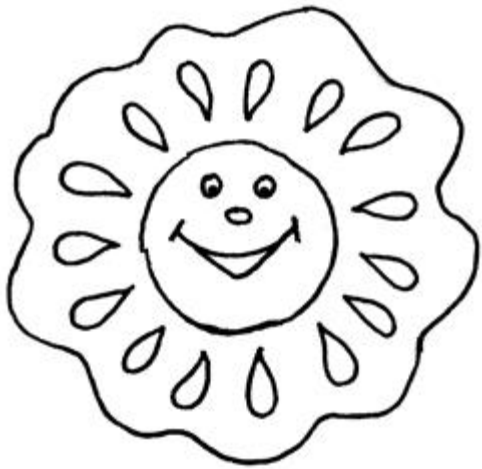
Коза намокла под кустом.

(Похлопайте себя по плечам, показывая, как замерзла намокшая коза.)

Совет

Все игры – как простые, так и сложные – нужно показывать.

Просыпаемся

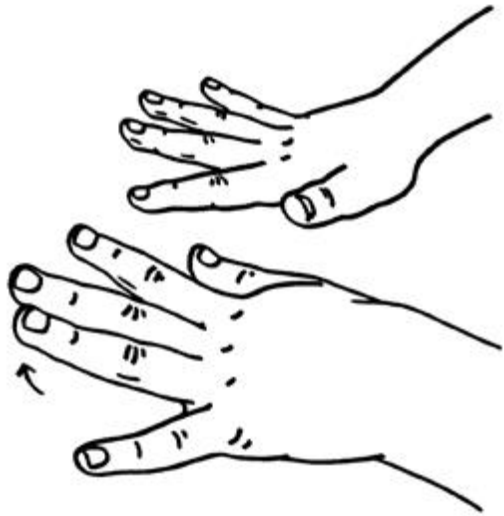


Ручки на столе лежат
И пока что крепко спят.

(Обе ладони прижаты к столу.)

Вдруг одна из них проснулась,
Сладко-сладко потянулась.

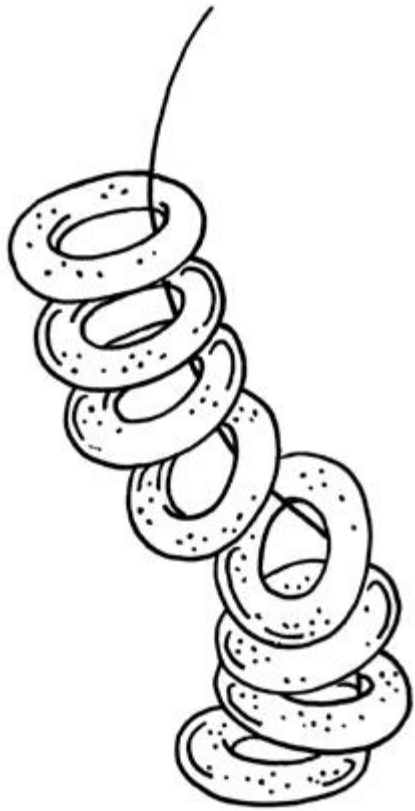
(Ладонь остается прижатой к столу, а пальцы приподнимаются.)



Совет

Для того чтобы тактильные ощущения, двигательные усилия и зрительные впечатления малыша были разнообразными, необходимо предлагать ему разные виды пальчиковых игр.

Бублик и бобры

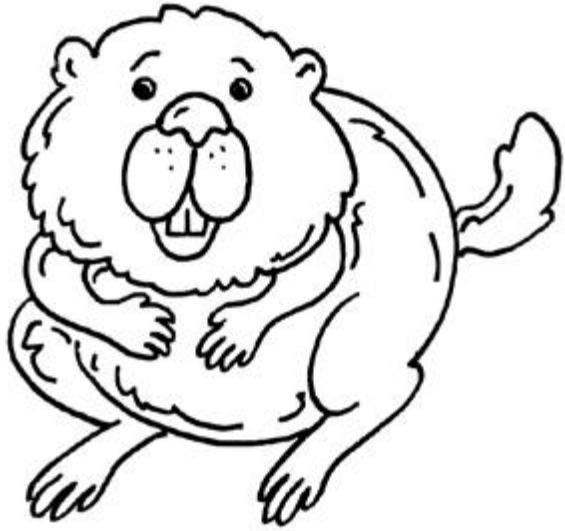


Ра-ра-ра, ры-ры-ры,
Бублик катится с горы!

(Соедините кончики пальцев, образуя кольцо.)

А за бубликом бобры
Тоже кубарем с горы!

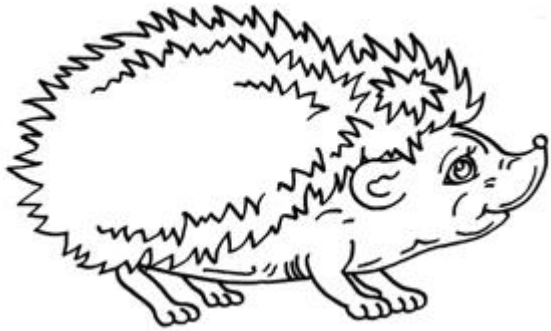
(Сцепите пальцы в замок и совершайте перекатывающие движения.)



Обратите внимание!

Мелкую моторику развивает лепка из пластилина и соленого теста. В принципе, когда вы работаете с тестом на кухне, можно предложить малышу небольшой кусочек для лепки. Особенно интересно будет испечь то, что вылепил ребенок.

Муравей, барсук и еж



Муравей, барсук и еж
Увидали медный грош.

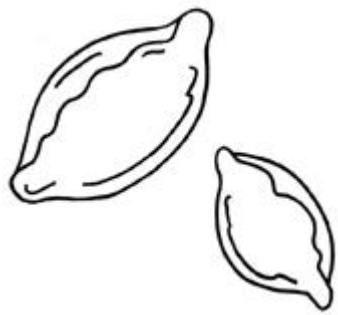
(Соедините кончики пальцев, образуя круг.)

Побывали на базаре,
Съели пирогов по паре,

(Соедините ладони лодочкой, словно пирожки.)

А ватрушек по десятку —
И давай плясать вприсядку.

(Хлопайте в ладоши над головой.)



Обратите внимание!

Проговаривая потешки и одновременно двигая пальчиками, ребенок невольно ритмизирует свою речь: она становится более четкой и выразительной, эмоциональной.

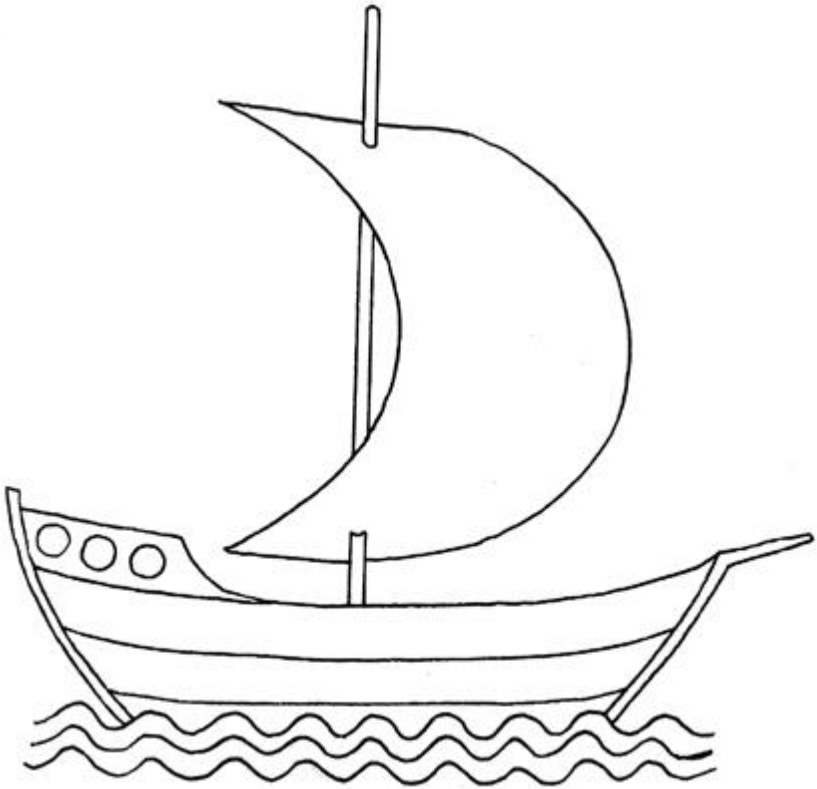
Отважный моряк

Ты плыви, кораблик мой.

(Соедините ладони лодочкой и сделайте несколько волнообразных движений.)

Ждут меня друзья домой.
Я в походах день-деньской.
Где же мой бинокль морской?

(Сожмите ладони в кулаки и приложите к глазам, изображая бинокль.)



Обратите внимание!

Для детей 2,5–3 лет игры усложняются и подразумевают самостоятельные движения рук, но все равно некоторые движения маленьким ручкам скопировать трудно, поэтому участие родителей просто необходимо.

Арбуз и дыня

Раз купили мы арбуз,
Замечательный на вкус.

(Соедините кончики пальцев, образуя шар.)

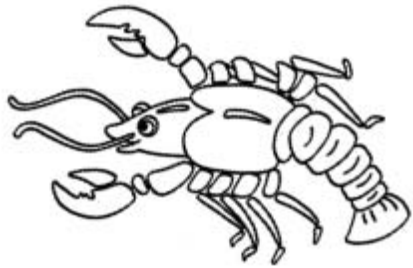
А еще купили дыню —
Сразу съели половину.

(Соедините кончики пальцев, образуя эллипсоид.)

Обратите внимание!

Пальчиковые игры вызывают неподдельный интерес у детей начиная с 2–2,5 лет, то есть тогда, когда они начинают понимать, что от них требуется.

Краб и рак

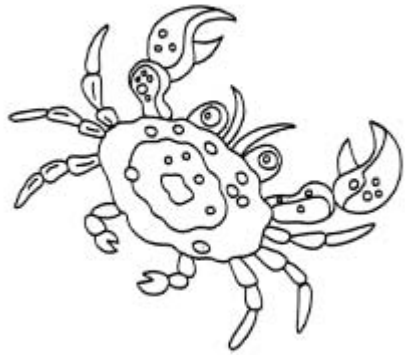


На прогулке краб и рак
Заползли ко мне в рюкзак.

(Пальчиками обеих рук «бегите» по столу, изображая краба и рака)

– Вот так встреча, вот так раз!
Краб и рак болтали час
О воде морской и пресной.
И конечно, и конечно,
Братские объятия
(Обнимите себя за плечи.)
И клешнепожатия!

(На обеих руках отставьте мизинец, остальные пальцы плотно прижмите друг к другу. «Пожмите» клешни, соединяя ладони между мизинцем и остальными пальцами.)



Обратите внимание!

Положительно влияет на фантазию и расширение словарного запаса ребенка игра в рифмы. Она может быть простой – предложите малышу слово, на которое он должен подобрать рифму, после чего поменяйтесь ролями, или тематической, например рифмовать только слова-предметы (палка – галка) или слова-действия (смеяться – бояться, побежали – задрожали).

Паучок

Паучок ходил по ветке,
А за ним ходили детки.

(Руки скрещены. Пальцы каждой руки «бегут» по предплечью, а затем по плечу другой руки.)

Дождик с неба вдруг полил,

(Кисти свободно опущены, выполняем стряхивающее движение «дождик».)

Паучков на землю смыл.

(Хлопок ладонями по столу или коленям.)

Солнце стало пригревать,

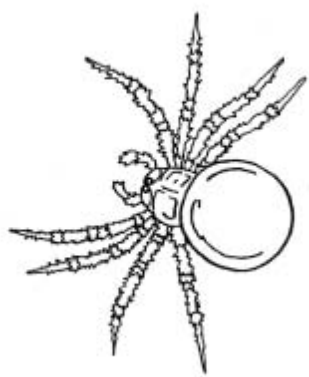
(Ладони боковыми сторонами прижаты друг к другу, пальцы растопырены, покачайте руками.)

Паучок ползет опять,

(Делайте такие же движения, как и вначале.)

А за ним ползут все детки,
Чтобы погулять на ветке.

(«Паучки» ползают по голове.)



Совет

Порой дети сами просят вас поиграть в ту или иную полюбившуюся игру. Играйте вместе!

Литература

1. Агапова И. А., Давыдова М. А. Игры с пальчиками для развития речи. – М.: ИКТЦ «Лада», 2009.

2. Беки А. Бейли. Любить легко, попробуй ВОСПИТАЙ! – Минск: Попурри, 2008.

3. Бурлакова М. А. Коррекция речевых расстройств. – М.: Эксмо-пресс, 2000.

4. Васичкин И. В. Справочник по массажу. – Л.: Медицина, 2000.

5. Данилова Л. Пальчиковые игры. – М.: РОСМЭН, 2007.

6. Драко М. В. Развивающие пальчиковые игры. – Минск: Попурри, 2010.

7. Ермакова С. О. Пальчиковые игры для детей от года до трех лет. – М.: Рипол-Классик, 2007.

8. Журба Л. Т., Мастюкова Е. М. Нарушение психомоторного развития детей первого года жизни. – М.: Медицина, 1991.

9. Капранова Е. Г. Лучшие игры для малышей от рождения до 3 лет. – М.: Рипол-Классик, 2010.

10. Кволс К. Радость воспитания, или Как воспитывать детей без наказания. – СПб.: ИГ «Весь», 2003.

11. Кузнецова А. Е. Лучшие развивающие игры для детей от 1 до 3 лет. – М.: ДОМ-21 ВЕК, 2006.

12. Мальцева И. В. Пальчиковые игры для детей. – СПб.: ИД «Азбука-классика», 2010.

13. Мальцева И. В. Пальчиковые игры от рождения до 3лет. – СПб.: ИД «Азбука-классика», 2009.

14. Медведева И. Я., Шишова Т. Л. Воспитание без ошибок. – СПб.: Речь, 2008.

15. Новиковская О. А. 1000 забавных пальчиковых игр. – М.: Астрель; С.-П.: Сова, 2010.

16. Пименов Е. П. Пальчиковые игры. – М.: Ростов-н/Д.: Феникс, 2004.

17. Силберг Дж. Развивающие игры для маленьких. – Минск: Попурри, 2010.

18. Силберг Дж. 125 развивающих игр для детей первого года жизни. – Минск: Попурри, 2009.

19. Тимофеева Е. Ю., Чернова Е. И. Пальчиковая гимнастика. – СПб.: КОРОНА-Век, 2008.

20. Титова Ю., Фролова О., Винникова Л. Играть с ребенком. Как? – М.: Эксмо, 2010.

21. Ткаченко Т. А. Большая книга заданий и упражнений на развитие мелкой моторики. – М.: Эксмо, 2011.

22. Узорова О., Нефедова О. Пальчиковая гимнастика. – К.: Школа, 2003.

23. Уильям и Марта Сирс. Ваш малыш от рождения до двух лет. – М.: Эксмо, 2009.

24. Хвостовцев А. Играем с пальчиками. – Новосибирск: Изд-во Сиб. университета, 2010.

25. Черенкова Е. Развивающие игры с пальчиками. – М.: Рипол-Классик, 2009.